



ほけんだより6月

令和7年5月30日

千代田東部小学校

保健室

6月は雨の日が多くなる時期です。梅雨ときは、じめじめと蒸し暑い日が続いたと思ったら急にひんやり肌寒くなることがあります。気温にあわせて服装を調整し、体調を崩さないよう気をつけましょう。

また、晴れた日は気温が高くなり、熱中症になる危険性も高まります。朝ご飯をしっかり食べ、水分補給をこまめに行い、熱中症を予防しましょう。多めのお茶と汗を拭くタオルも持ってきてきましょう。

～6月の健康診断～

月日(曜)	けんしん 検診	たいしやうしゃ 対象者
6/10(火)	じびかけんしん 耳鼻科検診	ぜんがくねん 全学年

梅雨時の体調不良に 注意しよう



頭痛
体のだるさ
食欲不振
気分の落ち込み
など

6月4日(火)から10日(月)は、「歯と口の健康週間」です。歯科検診の結果、むし歯がある人は、全校で26人でした。治療に行ってくださいというプリントをもらった人は、早めに受診しましょう。

むし歯の予防には、ていねいな歯みがきが大切です。『食べたらみがく』習慣をつけましょう。



むし歯のある人
26人



むし歯のない人
82人



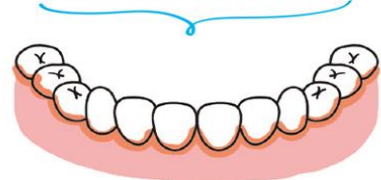
6月4日～6月10日
歯と口の健康週間です。

みがきのこしが
起きやすい場所

歯の高さが違うところ



歯と歯肉のさかい目



歯と歯の間



奥歯のみぞ



歯のうら側



保護者の方へ

★アタマジラミのチェックをお願いします★

水泳の授業が始まります。お子さまのアタマジラミのチェックをご家庭でお願いいたします。アタマジラミは罹患すると強いかゆみがあります。プールの水を介しての感染はほとんどありませんが、頭と頭が直接触れることや帽子・タオル等の共有でうつることがあります。

★卵は耳の後ろや襟足など、後頭部に多いようです。

★髪の毛にしっかりと固着しており、簡単には取れないのがアタマジラミの卵です。

アタマジラミの駆除

1. 洗髪を頻繁に行うこと。
2. 洗髪後、くしで卵をすき取り、除去する。
3. アタマジラミを駆除する薬が販売されています。

使用される場合には、説明書をよく読まれてください。



★歯科検診が全学年終了しました★

今回の検診では、歯並びや歯垢で気になった児童が多かったと歯科の先生から助言をいただきました。歯科検診の結果を配付していますので所見があったお子様は治療をお願いいたします。治療が終わられましたら受診結果を学校に提出してください。



服装に気をつける

雨が降ってはだ寒い日は、
長袖やカーディガンがおすすめです。



食中毒に気をつける

菌やウイルスをふせぐために、手洗いをしたり、調理器具をせいけつにしたり、食べ物が悪くなる前に食べたりするなど気をつけましょう。



雨具に気をつける

先がとがっていない子ども用の傘がおすすめです。雨風が強い日は、雨ガッパも便利です。

