



上峰小学校
保健室
2024.6.5発行

がっ ほけんしつりようしゃすう
5月の保健室利用者数(人)

	けが	びょうき	そうだん	ほか	ごうけい
5月	222	121	19	0	362

がつちゅうじゅん きゅう あつ ずつう け
5月中旬から急に暑くなり、頭痛やはき気がす
るといふ人が増えました。ねるのがおそい人や朝ごは
んを食べていない人、水分をとっていない人は体調
が悪くなりやすいので気をつけましょう。
すいみん あさ すいぶん
睡眠・朝ごはん・水分をしっかりとりましょう。

あつ からだ
暑さにまけない体をつくるために
すいみん ちょうしょく すいぶん
睡眠・朝食・水分を
しっかりとろう



けんこう みんなで健康づくり
いっしょうつか は たいせつ
一生使う「歯」を大切にしよう。

むし歯に
なりにくい人は?



オレはむし歯菌。
こんな人には
近づきたくない!



★ しっかり
歯みがきをする人



★ よく噛んで食べる人



★ お菓子を
あまり食べない人

じぶん は のう はたら
自分の歯でかむことは、脳の働きをよく
することやけがの予防、さらには健康に長生
きすることにもつながります。しかし、むし歯
や歯ぐきの病気がひどくなると、大切な歯が
抜けてしまうことがあります。食べた後には
歯みがきを忘れず、歯を守りましょう。



保護者の方へ

● むし歯や歯肉炎の治療について

歯科検診が終わったクラスには、検診結果のお知らせをお渡ししています。要受診となっている場合は、早めに歯科医に相談されることをおすすめします。乳歯のむし歯もそのままにしておくと、永久歯がむし歯になりやすくなったり、永久歯の歯並びに影響したりことがあるため治療が必要です。

● 着替えについて

登下校で雨にぬれることもあるため、下着・靴下の替えをランドセルに入れておくことをおすすめします。学校から下着を貸し出した場合は、新しいものを返却していただいています。また、感染予防のため、汚れた衣服を学校で洗濯することはできません。ご了承ください。

