

ほけんだより 6月

2022.6.15 座間市立中原小学校 ほけんしつ

6月のほけんもくひょう
はをたいせつに
しよう



今年度の定期健康診断は、終了しました(心電図二次検査をのぞく)。ご協力ありがとうございました。

歯科健診では結果のお知らせを全員に、歯科以外の健診では必要な人のみに受診のお勧めを配付しています。また、健康診断の結果一覧は、健康手帳に添付して配付する予定ですので、もう少しお待ちください。

健康診断の結果、受診のお勧めを受け取ったら、速やかにかかりつけの医療機関で受診しましょう。

学校での健康診断は、スクリーニング検査といって、大きく振り分けをするための検査です。詳しく

医療機関で診てもらうと、正常である場合も含まれますが、逆に急いで治療が必要な場合も

含まれます。学校で元気に生活するために、かかりつけ医から指示がある場合もあるかと思えます。

受診が済みましたら、受診勧告の下にある「受診報告書」を保護者の方がご記入・提出お願いいたします。

※医療機関での受診報告書の記入は別途料金がかかる場合があります。

マスクの着用について

5月31日(火)付けで座間市教育委員会よりお知らせのあったとおり、学校でも熱中症など健康被害の起きる可能性がある場合にはマスクを外すよう指導します。

また、国や県の指針に基づき、マスク着用が必要のない場合(例えば、屋外で距離を取って活動をする場合、屋内で話をせずに活動する場合など)やマスク着用が必要な場合(近距離で話す活動をする場合など)などの活動毎に、適宜声かけをしながら教育活動を行って参ります。



熱中症に気をつけよう!

歯のみがき方



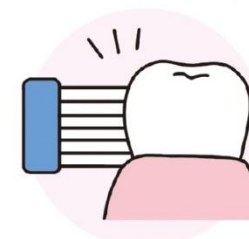
チェック
しよう!

は
かた
歯のみがき方

みなさんが毎日がんばっている歯みがき。でも、その「みがき方」はどうでしょう。たとえ食べた後や寝る前にかかさず、ていねいにみがいていても、じゅうぶんではないかも…。あらためて、歯のみがき方をおさらいしましょう。



毛先を歯に
きちんとあてよう



力を入れすぎない
ようにしよう

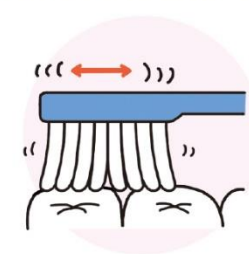


「はかり」で
確かめてみよう



みがく力の目安は
150～200g くらい

歯ブラシをこまかく、
こざみに動かそう



みがきにくいところは…



「かかと」で 「つま先」で 「わき」で

これから梅雨の晴れ間や夏の始まりにかけて、熱中症の起こりやすい時季になります。

- ①暑さにだんだんなれるように過ごす。
- ②朝ごはんをしっかりとってから学校に来る。
- ③夜は早めにねる。
- ④ぐあいの悪いときはむりに登校せず、おうちですぐすなどに気をつけて夏を元気にむかえましょう。