

げんき

喜多見の学び舎

世田谷区立喜多見小学校 ほけんだより

校長 森田 賢

養護教諭

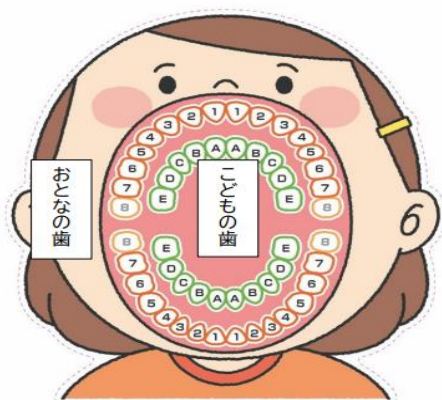
梅雨に入り、むしむした天気が続きます

大雨が降り気温が下がったかと思えば、30℃を超える真夏日となり…と、安定しない天気が続きます。気温の変化が激しいこの時期は、体調を崩しやすい時期でもあります。「早ね・早起き・朝ごはん」を合言葉に、生活リズムをしっかりと整えて、元気にこの季節を乗り切りましょう。

こんげつ ほけんもくひょう 今月の保健目標

は たいせつ 歯を大切にしよう

くち なか み 口の中を見て、チェックしてみよう



- ☐ は 歯がぐらぐらしている
- ☐ は 歯のみぞが黒くなっている
- ☐ は 歯のみぞや歯と歯の間に白い石がつまっている
- ☐ は 歯ぐきから血が出ている

たくさんチェックがついた人は…

は じょうず 歯みがきが上手にできていないかもしれません。

歯がぐらぐらしていると、歯みがきが難しくなります。また、奥歯や歯と歯の間は、みがき残しが多いです。さらに、みがき残しや食生活のみだれによって、歯ぐきの状態が悪くなります。すみずみまでていねいに歯をみがき、口の中をきれいにしましょう。

がっこうい せんせい しょうかい 学校医の先生を紹介します。

今年度、健康診断などでお世話になっている校医の先生方です。

内科 小林 俊夫 先生

眼科

熊川 美代子 先生

耳鼻科

西城

隆一郎 先生

歯科

法木

淳 先生

薬剤師

谷口

好恵 先生



すいゑい がくしゅう はじ 水泳の学習が始まります

たの すいゑいがくしゅう
～楽しい水泳学習にするために～



ぜんじつ 前日に、つめをきれいにきっておきましょう。



プールのときは普段よりも皮膚の
で 出ている面積が広いので、爪が伸び
ていると友達にぶつかったときにけ
がをさせてしまいます。

みみ 耳そじをきちんとしておきましょう。



耳あかがたまったらプールに入
ると、耳の中でふやけてしまい、耳が
聞こえづらくなることも。ただし、耳
そじのしすぎも良くありません。

じゅんびうどう しっかり準備運動をしましょう。



水泳で多く起こるけがが、「水の中で
足がつる」こと。最悪の事態になりかね
ない怖いけがです。そうならないために
も、準備運動をしっかりとしましょう。

ぐあい 具合が悪いときはすぐに言いましょう。



水の中では、自分が思っている以上
に体力を使います。ちょっとした
体調がおかしいと思ったら、すぐに近
くにいる先生に言いましょう。

いんどうけつまくねつ ねつ かんせんしゅう ちゅうい
アタマジラミや咽頭結膜熱(プール熱)などの感染症に注意しましょう。



感染症という、なんとなく冬のイメージが強いですが、プールの
時期に多く広がるものもあります。その代表が、アタマジラミと咽頭
結膜熱(プール熱)の二つです。注意していきましょう。



保護者の皆様へ ～いつも、御協力ありがとうございます～

歯科検診のお知らせについて

6/12(木)、6/19(木)に歯科検診を行います。歯科検診結果のお知らせは全員に配布します。異常がなかった人にも配布しますので、お知らせの内容を見ていただき、「要治療」に印がついている人は受診をしてください。「要相談」に印がついている人は、一度、歯科医で相談することをお勧めします。受診しましたら、連絡票を学校に提出してください。

受診結果提出のお願い

定期健康診断の結果、病院で詳しい検査や治療が必要と思われる児童には、お知らせの用紙を渡しています。医療機関で診察・検査等受けましたら、結果の提出をお願いします。まもなく、水泳指導が始まります。水泳の可否に関わるものもありますので、水泳指導開始前までに受診されますようお願いいたします。御家庭で経過観察をしている、治療中等、保護者の方の判断で現在受診をしない場合は、その旨を返信欄に書いて御提出ください。

色覚検査について

現在、学校において色覚検査は定期健康診断で実施していませんが、希望する児童対象に行いたいと思います。検査の対象学年は、4～6年生です。希望される場合は6/13(金)までに、連絡帳等で御連絡をお願いします。