

ほけんだより



令和4年6月1日
渋谷区立笹塚小学校
校長 荒木 憲秀
養護教諭 伊藤 妙子

運動会が終わりました。これまで一生懸命練習してきたことを出し切った、とてもすてきな運動会でした。

さて、6月は梅雨の季節です。雨が続いてジメジメする上、どんどん暑くなってきます。熱中症を防ぐため、屋外で友達と2メートルくらい離れているときや、体育の場合はマスクを取って活動するようにしましょう。

6月のほけんもくひょう
歯を大切にしよう

6月の健康診断
☆脊柱側弯検診☆
6月22日(水)：6年生

チェックしよう! 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。



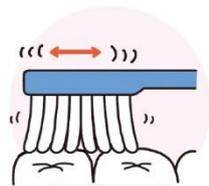
毛先を歯に
きちんとあてよう



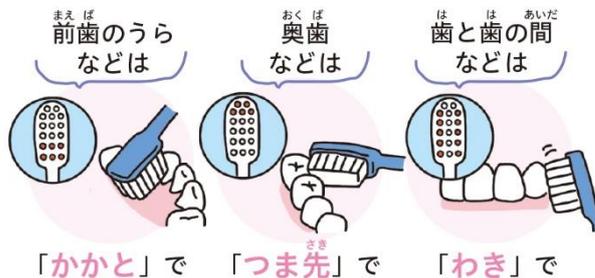
力を入れすぎない
ようにしましょう



歯ブラシをこまかく、
こきざみに動かそう



みがきにくいところは…



☆^{せいかつ}生活リズムチェックについて☆

4月29日から5月5日まで今年度第一回目の「生活リズムチェック」を実施しました。自分の生活をチェックすることで、連休明けの生活リズムが整ったかと思えます。

今年度から年3回の生活リズムチェックを「わたしのせいかつリズムチェック」というファイルに点数を入れて振り返りができるようになりました。まだ1回目の点数を入力していない人は入れておきましょう。少しずつ生活のリズムが整うとよいですね。



☆保護者の方へお知らせ☆

《健康診断の結果について》

学校から配信される「水泳指導について」にもある通り、水泳をすることによって悪化したり、人に感染してしまったりする疾病があった場合、病院での「水泳許可」の報告を受けてからの参加となっています。

心臓病（心電図）、腎臓病（尿検査）の結果、所見があった場合や**内科検診、耳鼻科検診、眼科検診**において結果のお知らせを受け取った方は、必ず受診し、結果のお知らせを学校までご提出ください。

水泳は子供の体力向上に大変効果的である一方で危険も伴います。安全に水泳学習を実施できますよう、ご理解とご協力をお願いいたします。

《健康カードをお返しします》

4月から始まった健康診断が心臓検診結果、腎臓検診二次結果、脊柱側弯検診（6年のみ）を除いて終了しました。

6月中に結果を「健康カード」でお知らせします。結果をご覧いただき、中面右ページの「発育測定記録」にある、該当の学年の“4月”に押印いただき、学校までお戻しください。

健康カードを配布する日は、H&Sでお知らせしますのでご確認ください。また、内容についてご不明な点があれば、保健室までご連絡ください。