

# ほけんだより 6月

令和5年  
6月19日  
藤久保小保健室

6月は、運動会、スポーツテスト、プール開きと、体を動かす行事が盛りだくさんです。そして、プール学習も始まります。疲れていたり、集中できていなかったりすると、けがや事故がおきやすいです。いつも以上に、教室や廊下、体育の時は、周りをよく見て、けがを防止しましょう。

また、梅雨の時期は、雨や湿気で、通路がすべりやすくなります。ろうか歩行や雨の日の教室での過ごし方をしっかりしましょう。

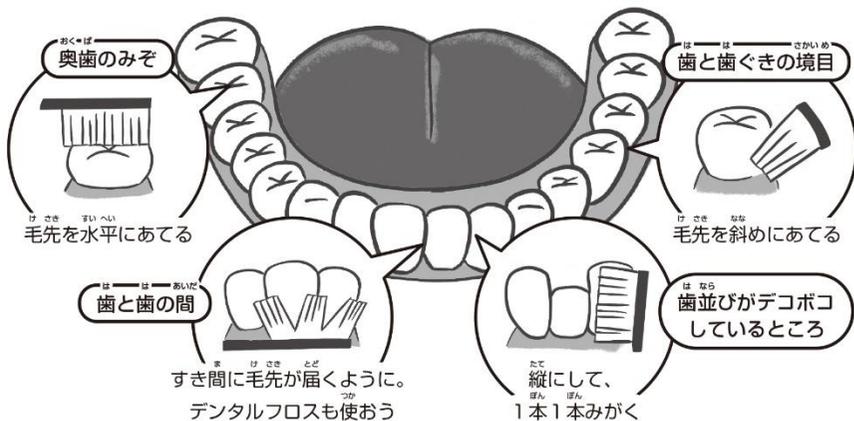


## 【4月の身体測定のみとめ】

だんし 男子	身長	体重	じょし 女子	身長	体重
	校内平均	校内平均		校内平均	校内平均
1年生	117.0	21.6	1年生	116.2	20.9
2年生	122.7	23.9	2年生	122.3	24.6
3年生	128.6	27.8	3年生	126.5	25.8
4年生	133.8	30.3	4年生	133.5	29.5
5年生	138.5	34.5	5年生	141.6	36.6
6年生	145.7	39.4	6年生	146.1	38.6

## 歯みがきで健康な歯を

### みがき残しやすい場所とみがき方



健康診断で歯科健診がありました。

6月は、歯と口の健康週間があり、歯や口についてを考えてほしい月です。

受診のおすすめの紙をもらった人は、1度、歯医者さんに診てもらいましょう。

歯は、大人になっても使います。とても大切です。

かていすうはいふ  
家庭数配付 おうちのひととよんでね

がくしゅう はじ  
プール学習が始まります。

じゅんび  
しっかり準備をしましょう。



みみ  
耳そうじをしよう

のびたつめ  
爪は切ろう



まえひ  
前の日はしっかり眠ろう

あさ  
朝ごはんをきちんと食べよう

じゅんびうんどう  
準備運動を念入りにしよう



プール授業

ルールを守って

事故0に

プールサイドを走らない

すべて転倒すると、ケガをしたり、頭を打つ危険が。

飛び込まない

プールの底や壁面、人と衝突すると、大事故になります。

ふざけない

水中でふざけると、溺れる原因になり、非常に危険です。

無理をしない

体調が悪いときは、先生に言って休みましょう。

～おうちの方へお知らせ～ 健康診断、終了しました！

「治療のおすすめ」（視力・眼科、耳鼻科、歯科等）を配付しています。

耳・眼の疾患は、6月から始まるプール学習にも関わってきますので、早めの受診をお願いいたします。

「けんこうてちょう」が1学期中に、児童全員に返却されます。そちらに健康診断の結果が載りますので、ご確認ください。

また、学校での健康診断は、スクリーニング検査ですので、医療機関で「異常なし」と診断される場合もあります。ご了承ください。

