



6月も後半に入り、天気予報を見ると30℃近い予想の日もあり、夏のような天気となりそうです。急に暑くなる時期は、熱中症になる危険が高まります。早寝・早起き・朝ごはんで体調を整えましょう。

<6月の保健目標>

歯を大切にしよう



歯科検診・フッシング指導

6月10日（火）に歯科校医の安住先生と歯科衛生士さんが来校し、歯科検診とフッシング指導を行いました。検診後に歯の染め出しを行い、普段の歯みがきでうまくみがけていないところを確認しました。



染め出した後は、タブレットで写真を撮ってみがき残しを確認しました。みがき残しが多かったのは、奥歯のみぞ・歯と歯茎の間・歯と歯の間でした。

歯ブラシの持ち方は鉛筆持ちです。グーで持つと力が入りやすく、歯茎を傷つけてしまいます。みがくときは、毛先が広がらないくらいの力で、歯1・2本ずつ小さく動かします。



健康診断の結果について

定期健康診断が終了しました。各検診終了後、必要に応じて結果のお知らせを配付しています。治療の必要がある場合は、医療機関を受診してください。その後、「受診報告書」を学校まで提出願います。



メディアコントロールチャレンジ を実施します！

★実施方法が変わります★

この取組は、メディア機器を全く使わないのではなく、自分自身でコントロールできる力を身に付け、生活習慣を見直すことを目的として行っています。

これまでは、メディアの使用時間等をめあてとしていましたが、「メディアが使えないと、何をしてもいいかわからない」という声がたびたび聞かれました。

ですので、今回は、メディア以外に何をするか、「今週のおうち時間」をめあてとして設定し取り組みます。



私の今週のおうち時間

例：読書●ページ、外遊び▲分、お手伝い■こ など…

0日目(例)		1日目		2日目		3日目	
できた ・ できなかった	担任欄	できた ・ できなかった	担任欄	できた ・ できなかった	担任欄	できた ・ できなかった	担任欄

最終日には、1週間の振り返りをします。保護者の方にもお子さんの取組の様子を記入していただきますので、ご協力をお願いします。

このチャレンジ期間を機に、今までなかなかできなかったことや、新しいことにぜひチャレンジしてみてください。

各種調査のお願い

本日、水泳学習に向けた健康調査を配付しました。子供たちが安全に学習に参加できるようにご協力をお願いいたします。

また、4年生を対象に色覚検査の希望調査を配付しました。検査の希望の有無を記入していただき、提出をお願いします。

