

# ほけんだより

令和8年6月3日  
大田区立南六郷小学校  
校長 小沼 一実  
養護教諭

## ※イラスト削除済み ホームページ用

気温が高くなってきましたが、まだ、1日の気温の差があります。衣服の調節や水分補給をこまめに行い、快適に過ごせるようにしたいですね。

**6月4日～10日は  
歯と口の健康週間です**

### 【歯みがきしらべ】のお願い

本年度も歯垢染め出しによる「歯みがきしらべ」を実施します。子どもだけではできませんので、お手数ですが一緒に実施し、この機会にお子様の歯みがきの状態をチェックしてみてください。6月3日（水）に歯垢染め出し錠と「歯みがきしらべ」の用紙を配布します。ご家庭で実施しましたら感想を記入し、**6月15日（月）までに提出**してください。よろしくお願いいたします。

### 定期健康診断 終了しました

5月14日（木）の内科検診を最後に、今年度の定期健康診断の項目を終了いたしました。

**健康診断の結果、病院受診のお知らせがあった場合は、早めに医療機関へ受診をお願いいたします。**特に水泳指導に関わるもの（内科・眼科・耳鼻科など）については、**水泳指導が始まるまでに受診をしてください。**治療がすみましたら、治療票の提出をお願いします。

全ての健康診断の結果は、7月上旬に健康カードでお知らせいたします。

※ 精密検査対象・未検査の人にはお知らせをお渡ししています。指示に従いお受けくださいますようお願いいたします。

### 【水泳指導について】

6月2日（火）より水泳指導が始まりました。水泳当日の朝の健康観察は、いつもより丁寧をお願いします。朝食の食べる量や顔色、睡眠時間、元気のなさなどいつもと違う様子があれば、無理をしないようお願いします。

○目の赤みや腫れ、皮膚の病気がある場合は、必ず病院へ行ってプールに入って良いかどうか医師にご確認ください。

○伸びた爪は、皮膚を傷つけることがあります。深爪しない程度に短く切ってください。

# ほけんだより

こども版

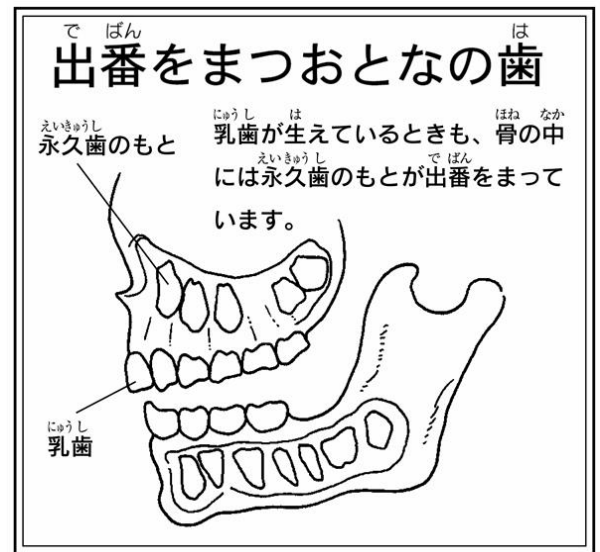
## 6月の保健目標

は けんこう かんが  
歯の健康を考えましょう。

おとな は えいきゅうし は 生まれてくるまえから口の中  
大人の歯の永久歯は、生まれてくる前から口の中  
じゅんぴ はじ  
で準備を始めています。

にゅうし たいせつ  
乳歯（こどものは）を大切にしないと、これか  
らはえてくる永久歯（おとなのは）にえいきょう  
があります。

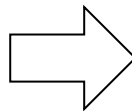
にゅうし ば にゅうし ね ぶぶん のこ  
乳歯がむし歯になると、乳歯の根の部分が残っ  
め  
て抜けにくくなります。永久歯が生えようとして  
も、生えるすき間がないので、むし歯の乳歯の横  
からむりやりでできます。そのため、永久歯の歯  
なら  
並びがでこぼこになりやすいです。



## 「歯みがきしらべ」むしばのもと（しこう）をみつけよう

みがけているかな？  
カラーテスターでたしかめよう！

しこうがあるところが、わかる！



※あかくなったところにしこうがあります。おぼえておいて、ていねいにみがきましょう。

まいにち あさ は  
毎日、朝ばん歯みがきをして、むし歯にならないようにしたいですね！