

# ほけんだより

令和2年6月1日 No. 3  
川本北小学校 保健室

6月から学校が再開となりました。3月から続いた学校の臨時休校や外出の自粛など、普段と違った生活を送り、心配や不安を感じた人もいたと思います。学校では、児童のみなさんが安全・安心に生活できるように感染予防を十分に行っていきます。今後も引き続き、手洗いや咳エチケット等、一人一人ができることを意識して行動していきましょう。

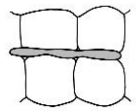


## 6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

歯と口の健康週間とは、「みんなで歯の健康についていろいろ勉強したり、考えたりしてみよう」という取組です。これを機会に自分の歯を大切にする生活ができているか、振り返ってみましょう。



### むし歯になりやすいのは、ここです！



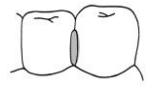
おく歯のみぞ



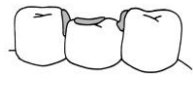
歯のうら側



歯と歯肉のさかい目



歯と歯の間



歯が低いところ

※むし歯になりやすい場所は、みがき残しをしやすい場所でもあります。  
特に意識して歯みがきをすることが大切です。

大切な歯がむし歯にならないように、しっかり歯みがきをしましょう。歯ブラシの毛先を歯にきちんと当て、軽い力で、小さざみに動かすようにして歯をみがきましょう。毛先をじょうずに使ってみがくと汚れがきれいに落ち、みがき残しをなくすことができます。



### 発育測定を行います

※1年生は5月の登校日に実施しました。  
登校していない子は、個別に測定します。

6月3日(水)・4日(木)	たけのこ・2年生
6月5日(金)・8日(月)	3・4年生
6月9日(火)・10日(水)	5・6年生



### <健康診断について>

- ・学校が再開されましたので、延期されていた健康診断の日程を現在調整しているところです。まだ日程は決まっていますが、6月中に実施を予定している検診もありますので、ご協力をお願いします。
- ・視力検査や聴力検査は順次行っていきますので、眼鏡が必要なお子さんは、持参をお願いします。

…… おうちのかたへ（お願い） ……

#### ① 朝の健康観察

引き続き毎朝の検温、健康観察をお願いします。6月から保護者印の欄を設けました。保護者の方が確認をし、押印をお願いします。発熱や風邪症状が見られるときは、無理に登校せず、自宅での休養をお願いします。

#### ② 登校時の持ち物の確認

- ・ハンカチ、ティッシュ、水筒(水またはお茶)は必ず持たせてください。
- ・マスクを着用して登校させてください。(予備のマスクをランドセルに入れておいてください)
- ・マスクの保管袋(ジップロック等)を給食袋に入れてください(給食時等、マスクを外す際に袋に入れます)。金曜日に持ち帰り、次の週に清潔な袋を入れてください。
- ・給食のランチマットは毎日持ち帰ります。清潔なものを持ってきてください。

学習用品や身に着けるものなど、学校での共用を避けるためにも持ち物の確認や声かけに、ご協力をお願いします。

#### ③ 早退の連絡

在校中、発熱や体調不良となった場合は早退の連絡をしますので、学校と連絡がとれるようにしておいてください。(できるだけ早めにお迎えをお願いします)

2年生以上のご家庭に「保健調査票」を返却します。変更や追加があった場合は記入していただき、6月12日までに学校へ提出してください。(連絡先の確認もお願いします)

#### ④ 家庭での健康管理

帰宅後の手洗い、うがいや不要な外出を控えるなど、帰宅後も各家庭で感染予防や体調チェックをお願いします。早寝早起きやバランスのとれた食事など、規則正しい生活を心がけ、体の抵抗力を高める生活を心がけてください。

学校再開後しばらくはお子さんの体調管理に特に留意し、早めに休養できるよう、ご家庭でも見守りをお願いします。