

6月保健だより

6月の保健目標
けがを予防しよう
～つめを切ろう～

スポーツフェスティバルお疲れ様でした！校庭で練習をしている姿から本番で活躍している姿まで、保健室から陰ながら応援していました。素敵な表現運動や一致団結して走る全員リレーや団体競技はとても感動しました😊 一生の思い出ですね。

さて、5月は心身の疲れや寒暖差による体調不良などでの来室が多くみられました。6月はプールが始まるので、早寝早起き、朝ごはんをしっかりと取り、健康的な生活を心掛けていきましょう。爪のチェックも忘れずに行いましょう。

6月の予定

3日（火）：内科健診（1年・たんぽぽ）

16日（月）：聴力検査（3年）

4日（水）：歯科健診（全学年）

17日（火）：聴力検査（5年）

尿検査2次追加回収

18日（水）：聴力検査（2年）

5日（木）：内科健診・小児生活病予防検診（4年）

19日（木）：聴力検査（たんぽぽ）

6日（金）：プール前健診（対象者）

20日（金）：聴力検査（1年）

健康診断結果について

結果報告書のご提出ありがとうございます。眼科（黄）、耳鼻科（紫）、内科（青）の結果報告書のうち、プールで悪化するおそれのある疾患（耳垢、鼻炎、中耳炎、結膜炎、アトピー性皮膚炎など）については、**水泳指導の前までの提出をお願いします。**すでに定期受診されているなど、事情がある場合はご相談ください。お忙しい中ですが、お子様の健康・安全第一のためにご協力お願いします。

お歯黒の女性
医者いらす



昔の日本では歯を黒く染める風習があり、お歯黒と呼ばれていました。そのお歯黒にはむし歯予防の効果がありません。その理由は二つ。一つ目はお歯黒の成分です。お歯黒には歯を丈夫にする鉄分や歯と歯ぐきのたんぱく質を強化するタンニンなどの成分が含まれていました。

二つ目は、丁寧な歯みがきです。お歯黒は一度ぬって終わりではなく、毎日ぬる必要があります。しかもしっかり黒くするためには、歯をツルツルのきれいな状態にする必要があったのです。現代ではお歯黒はなかなかできませんが、丁寧な歯みがきはみなさんにもできます。すみずみまできれいにして、むし歯を防ぎましょう。

