



令和8年6月3日
加須市立加須小学校
保健室

だんだん気温が上がっているなか、雨の日が続く梅雨の季節となりました。気温や天気の急な変化に体が追いつかず、体調をくずしてしまうことがあります。ムシムシとした暑さにも負けないよう、健康的な生活を心がけましょう。

水泳学習の準備できていますか？

水泳がある日には、しっかり健康観察を行いましょう。楽しみにしている人も多いと思いますが、無理すると後から具合が悪くなったり、思わぬ事故にもつながりかねません。体調がよくない時は無理をしないようにしましょう。



- 熱はありませんか？
 - 睡眠は十分とれましたか？
 - 朝ごはんは食べましたか？
 - 顔色は悪くありませんか？
 - つめは短く切ってありますか？
 - ばんそうこうを貼ったけがをしていませんか？
- *体調が悪いときは、水泳学習に参加しないようにしましょう。



保護者の方へ

お子さんの健康状態を確認してください！

- ☑目や耳、鼻の病気はありませんか？
(結膜炎・中耳炎など)
- 病気がある人は主治医に確認してください。
- ☑うつる病気はありませんか？
(水いぼ、とびひ、アタマジラミなど)
- 治療しないとプールには入れません。

※水泳は、かなり体力を使います。プールの前の日は早めに寝て、朝ごはんをきちんと食べて登校させてください。

6月の予定

2日(火) 歯科健診	1・5年生
5日(金) 歯科健診	3・4年生
	みどり学級
9日(火) 歯みがき大会	5年生
10日(水) 歯科健診	2・6年生
10日(水) 尿検査二次	二次対象者と 一次未提出者
19日(金) フッ素塗布	9:00～ 1・2年生(希望者)

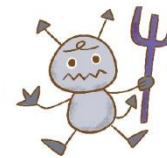
※グーグルフォームにて8日(月)までにフッ素塗布の希望について回答をお願いします。



6月4日～10日は、『歯と口の健康週間』です。歯は一生使う大切なものなので、むし歯にならないようにしっかりみがきましょう。
歯科健診の結果、むし歯があった人や歯肉炎など歯科医院を受診した方がいい人は早めに受診しましょう。



むし歯になりにくい人は？



オレはむし歯菌。
こんな人には
近づきたくない！



★ しっかり
歯みがきをする人



★ よく噛んで食べる人



★ お菓子を
あまり食べない人

定期的にプロに診てもらおう

どんなにいていねいに歯みがきをしても落ちないよごれもあります。
1年に1～2回は歯医者さんへ行って、チェックしてもらいましょう。
むし歯がみつければ治療も短い時間で済みます。



おねがい

6月19日(金)に1・2年生を対象に(希望者)フッ素塗布を行います。
希望するご家庭については、以下の3点を準備し、12日(金)までにお子さんに持たせてください。

- フェイスタオル 1枚(首に巻ける長さで幅のあるもの)
よだれを受け止めるために使用します。
- 洗濯ばさみ 1個(タオルを留めるため)
- ビニール袋 1枚(汚れたタオルを持ち帰るため)

