

おうちの方と一緒に読みましょう

ほけんだより



2026（令和8）年6月 八尾市立志紀小学校 保健室

梅雨の季節になりました。雨やくもりの日が続き

やすい6月。湿度が高く、じめじめしていて、

教室やろうかがすべりやすくなっていますので、

走らずゆっくり歩きましょう！



ツルツツ！

プールが始まります！

約束を守って、安全で楽しい水泳学習にしましょう！

☆☆プールでのやくそく☆☆

★睡眠をたっぷりとり、朝ごはんを食べてくる。

★つめを短く切って、耳そうじをすませておく。

★プールに入る前に準備運動をしっかりする。

★プールの中では絶対にふざけない。

★体調の悪いときは無理をして泳がない。

★プールの前後には、シャワーで体をよく洗い流す。



6月のぎょうじよてい

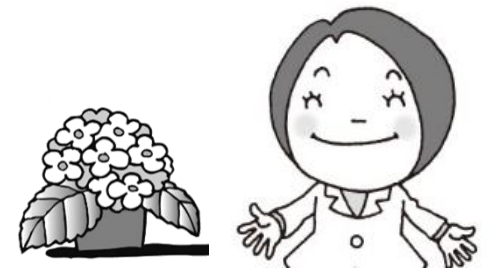
日にち	行事	対象学年
2(火)	歯科健診	1年/3-1、3-2
3(水)	尿検査もれ日	対象者
4(木)	水泳前検診	対象者
5(金)	歯科健診	2年/3-3、3-4
11(木)	眼科検診	1~6年対象者 (問診票による抽出)
	心臓2次もれ日	対象者
17(水)	結核X線検診	対象者

年度始めの健康診断も、あと少し

となりました。

たくさんのお問診票の記入・提出の

ご協力ありがとうございました。



おうちのかたへ

健康診断で、特に心臓や尿の精密検査、眼科や耳鼻科検診で、

受診をすすめられた人は、水泳が始まる

までに必ず病院へ行き、受診報告書を

学校にご提出ください。


報告書の提出がない場合は、病状の悪化を防ぐために、入水を見合わせていただく場合がありますので、ご了承ください。

お子様の安全のために、ご協力よろしくお願ひします。



☆☆あつさに そなえよう☆☆

最近、急に気温が上がり、天気のいい日は、とても暑いですね。
 休み時間や体育で汗をいっぱいかいても、そのままにしている人をよく見かけます。
 ハンカチやタオルで汗をふきましょう。
 休み時間ごとに、こまめに水分補給ができるように、毎日お茶を持ってきましょう！

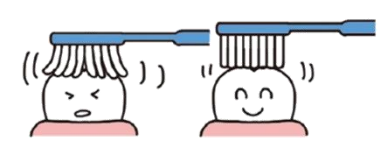
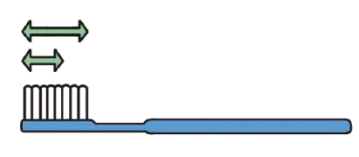


タオル ぼうし 水とう

タオル(ハンカチ)とお茶を 毎日持ってきてね！ 黄ぼうしも忘れずに、 かぶってきましょう！

なんどもおさらい！ 歯みがきのキホンクイズ

Q1. 歯のみがき方、正しいのは？
 ① 歯ブラシを小さく動かし
 ② 歯ブラシを大きく動かし

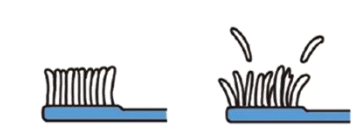
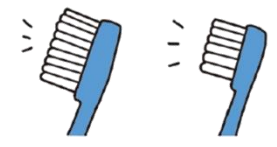


Q2. みがくときの力の強さは？
 ① できるだけ強く
 ② 力をぬいて軽く

いい歯でいい笑顔

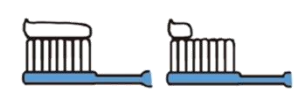


Q3. 歯ブラシのサイズは？
 ① 大きめのものがみがきやすい
 ② 小さめのものがみがきやすい



Q4. 歯ブラシはいつとりかえる？
 ① 毛先が開いてきたとき
 ② 毛がぬけてきたとき

Q5. 歯みがき剤はどのくらいつける？
 ① 毛先のはばいっぱい
 ② 毛先のはばの1/3くらい



歯みがき名人になれるかな？



(こたえ) Q1...①、Q2...②、Q3...②、Q4...①、Q5...②

おうちの方へ



～歯科検診結果について～

歯科検診が終わりましたら、異常の有り無しにかかわらず、受診した全ての児童に結果をお渡しいたします。

八尾市の検診結果のデータ化に伴い、歯科検診の結果を持ち帰るまでに、例年よりも時間がかかります。あらかじめご了承ください。

受診の必要がある児童については、早めの受診をおすすめします。治療が終わりましたら、受診報告書を学校にご提出ください。

今回の検診で、受診の必要がない場合でも、口の中の健康を守るために、定期的にかかりつけの歯科での検診をおすすめします。

また、学校申請で八尾市の就学援助を受けておられるご家庭については、医療券を発行することができます。医療券を希望される場合は、受診前に学校までご連絡をお願いします。

<医療券が適用される学校病>

トラコーマ・結膜炎・中耳炎・慢性副鼻腔炎・アデノイド・
 う歯(虫歯)・白癬・疥癬・膿か疹・寄生虫病(虫卵保有を含む)



歯をみがくとイイことがいっぱい！

歯垢や食べカスがとれてせいけつに！

むし歯や歯周病をふせぐ！

ミュータンス菌をへらす！