



令和 7 年 5 月 30 日
江戸川区立東小岩小学校
校長 佐々木 恵子
養護教諭 近津 悦子

6月の保健目標 歯を大切にしましょう

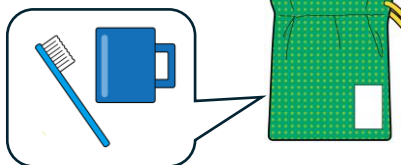
6月4日～10日は
歯と口の健康週間



「梅雨」の季節になりました。この時期は晴れて真夏のように暑い日もあれば、雨が降り半袖では寒い日もあります。衣服の調節をして、風邪をひかないようにしましょう。

6月2日から給食後の歯みがきが始まります。音楽に合わせ、順序よくみがいていきます。日々の積み重ねで、自分だけの大切な歯をずっと守っていきましょう。

6月の保健行事

ひ 日にち	こうもく 項目	がくねん 学年	その他
2日(月)	せきちゅうそく 脊柱側弯症 けんしん 検診	ねんせい 5年生、 がいどうしゃ 該当者	・体育着を忘れずに用意しましょう。 ※カーテンなどで仕切り、1人ずつ検診を行います。 ※髪の長い人は束ねましょう。
2日(月) から 6日(金)	は 歯みがき週間 しゅうかん	ぜんがくねん くみ 全学年1組	・歯ブラシ、うがい用コップ、歯ブラシとコップを入れる袋 を用意してください。 
9日(月) から 13日(金)		ぜんがくねん くみ 全学年2組	
12日(木)	し か けんしん 歯科検診	ねんせい 1～6年生	・検診の日の朝食後は歯みがきを忘れずに。 (歯みがきを忘れた人は検診前にぶくぶくうがい)
23 日(月) から 27日(金)	かぶつせんこう フッ化物洗口 せつめいどう がはいしん 説明動画配信	ぜん かてい 全ご家庭	・保護者の方向けに説明資料を配布します。 ・江戸川区教育委員会、学校歯科医からの説明動画を配信します。 ※動画視聴の方法についてはtetoruでお知らせします。

保護者の方へ

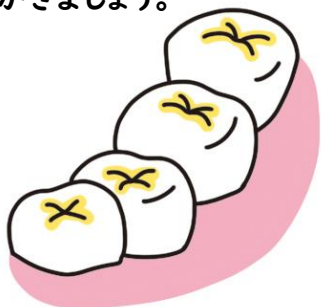
定期健康診断の結果、未受診の検診があるお子さんや、病院受診が必要なお子さんには通知を配付しています。中でも、内科検診、耳鼻科検診、眼科検診につきましては、医師による報告書で「水泳可」の許可が出てからでないと水泳指導の際プールに入る事ができません。6月19日からの水泳指導開始に間に合いますよう、報告書を学校へお出しください。

衛生面・安全面を配慮した水泳指導のため、ご理解くださいますようお願いいたします。

おぼえよう!

歯のみがき残しやすいところ

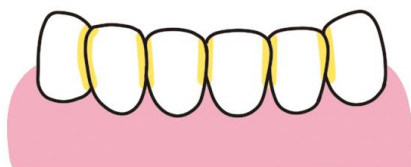
どれも「歯ブラシの毛先が届きにくいところ」で、食べ物のカスや歯垢（むし歯菌のかたまり）が残りやすいところです。歯をみがくときは、これらの場所に注意して、時間をかけて丁寧にみがきましょう。



奥歯のみぞ（真ん中のへこみ）



歯と歯肉（歯ぐき）のさかい目



歯と歯の間



歯ならびがデコボコなところ

水泳指導前の健康チェックについて



睡眠は充分にとれた



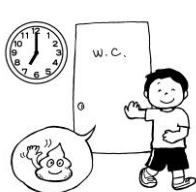
発熱していない



朝ごはんを食べた



手足の爪を切っている



おなかの調子はいい



ジクジクの傷はない



プールは外にあるため、天候によって日差しが強い日もあれば、くもっていて水温が低めの日もあります。

体調が整わない状態で無理に参加すると、途中で気持ち悪くなったり、頭痛や腹痛を起こしたりします。大きな事故につながることもあります。

毎朝、おうちで健康観察をしていると思いますが、水泳指導のある日は特に左の項目についてチェックをして、無理な参加がないようにしましょう。