

# ほけんだより



R3. 6. 1 さいたま市立上落合小学校 保健室



梅雨の季節になりました。気温、湿度の高い日も多くなり、熱中症も心配されます。熱中症予防対策に加え、早寝早起き朝ごはんなど規則正しい生活も大切です。暑い夏に向け、暑さに備えた体づくりをしましょう。

## 定期健康診断について



### \* 6月の健康診断 \*

2日(水) 尿2次検査(2次対象者、1次未提出者)

9日(水) 歯科健診 5年生・ひまわり 16日(水) 歯科健診 1年生

健康診断へのご協力ありがとうございます。6月の上記の日程で春の健康診断が終了いたします。健康診断の結果、病院での受診をすすめられた場合には「健康診断結果のお知らせ」を配付いたしました。お知らせを受け取らなかった児童は「異常なし」です。

「成長のきろく」は体力テスト終了後に配付予定です。よろしくお願いいたします。



### \* 水泳学習が始まります! \*

内科検診、耳鼻科検診、眼科検診の結果、「健康診断結果のお知らせ」を受け取った児童は水泳学習前に受診を済ませていただきますようお願いいたします。また、緊急連絡先の変更がありましたら学校までお知らせください。

## 仕上げみがきのすすめ♪

乳歯から永久歯へ生え変わる小学生の歯は、みがきにくいところがたくさんあります。低学年では1日1回は保護者の仕上げみがきをおすすめします。中学年では鏡を見ながらみがき残しのないように磨く習慣を付け、保護者の仕上げみがきも継続してください。高学年は一人で上手に磨けるようになっていれば自己管理でもよいと思います。定期的に歯科医でチェックしてもらおうと安心ですね。



## ありがとうございました



後援会よりベッドを購入していただきました。以前使用していたベッドは昭和32年から上落合小で多くの児童が休養に使用しました。今回購入していただいたベッドも大切に使用させていただきます。ありがとうございました。