ほけんだより

令和７年９月１日
調布市立滝坂小学校
校長　　小林美也子
養護教諭　玉置真美

２学期がスタートしました。まだまだ気温が高い日が続いていますので、水分をこまめにとり、熱中症に注意して過ごしましょう。また、休み明けは生活リズムも整わず体調を崩しがちになります。食事・睡眠などいつも以上に気にかけていただき、子供たちが心も体も元気に過ごすことができるよう、ご家庭でもご協力お願いいたします。

９月の保健行事

月日	曜	項目	備考
９／ ３	水	歯みがき指導（３年生・わかくさ）	・歯科学校医さん・歯科衛生士さんによる指導です。 ・当日、歯ブラシとワークシートを学校から配布します。 ・持ち物のご用意は、本日別紙にて配布していますので必ずご確認ください。
９／ ４	木	発育測定　（６年生、わかくさ）	・体操着で測定します。 ・靴下は、履いたまま測定します。 **２学期 発育測定の結果について** 身長・体重の記録は、別紙にてご家庭に配布いたします。１学期の結果と比較して、増減に不都合がある場合は保健室にご連絡ください。
５	金	発育測定　（１年生、２年生）	
８	月	発育測定　（３年生、４年生）	
９	火	発育測定　（５年生）	
２６	金	八ヶ岳移動教室事前健康診断（５年生）	・健康観察記録表（９／２３～２６まで記入）を持ってきてください。 ・着替える必要はありません。

4･5･6年生が夏休みに行った「歯の染め出しチャレンジ」は担任の先生に提出してください。

２学期スタート、お子さんは不安や悩みを抱えていませんか？

ちょっとした環境の変化でも「不安」や「悩み」を抱えることがあります。一人で抱え込まずに、家族や友達、学校の先生に相談することで、気持ちが楽になることもあります。何か気になる事やお子さんから訴えがありましたら、担任や保健室での健康相談、SC を頼っていただければ幸いです。

【１学期】保健委員会活動報告

５月

「歯と口の健康習慣」にちなんで「歯と口の健康標語」を作成しました！（歯ブラシに見立てています）

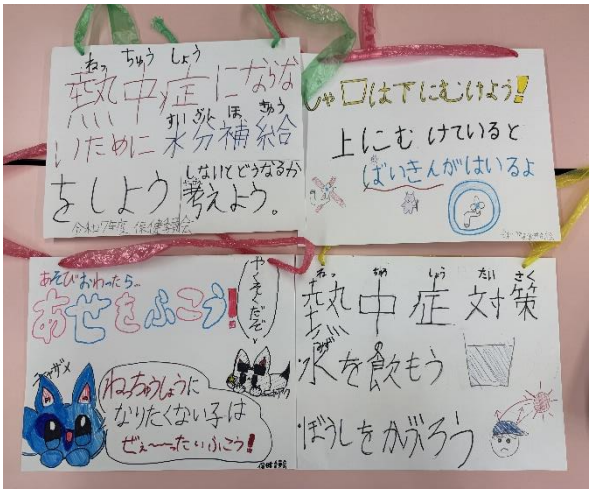
それぞれユーモアあふれる素敵な標語が出来上がりました。５～６月まで保健室前に掲示しました。

保健委員会担当の先生たちの作品も面白いと評判でした。

６月

本格的に暑さが厳しくなる前に、
「熱中症対予防啓発運動」を実施しました。
暑すぎて外で遊べない日も、画用紙を首に下げて校内を巡回するなどして呼びかけを行いました。

＊こまめに水分補給をしよう！
＊ぼうしをかぶろう！
＊汗をふこう！
＊水道のじゃ口は下にむけよう！



７月

給食の時間、各クラスに「第一回清潔検査」を抜き打ちで行いました。
検査の項目は以下の通りです。

① ハンカチを身につけていますか？
② ティッシュペーパーを持ってきていますか？
③ 手足のつめは切ってありますか？
④ 朝、歯みがきをしましたか？
⑤ 給食前に手を洗いましたか？
⑥ うわばきのかかとは踏んでいませんか？

割合を集計し、それぞれのクラスに保健委員会からコメントをして返却しました。
ご家庭でも意識してお子さんにお声かけいただけるとありがたいです。