

ほけんだより



令和8年6月12日
若葉小学校保健室

朝の歯みがき、できていますか？

5月の歯科検診や口元をけがして保健室に来る子供たちを見ていると、朝、きちんと歯を磨いているのかな？と感ずることがあります。

口の中の菌類は、寝ている間に繁殖しやすいため、朝の歯みがきはとても重要です。正しい歯みがきのポイントを参考にしつつ、ご家庭でも、お子さんがきちんとできているか確認をしてみてください。そして、夜にはぜひ仕上げみがきをお願いします。

※高学年もたまにお口チェックをしてみてください。



プールが始まります！



23日からプール学習が始まります。安全に楽しく活動するため、ご家庭での体調管理がとても大切です。下記のチェック項目を参考に、学校に送り出してあげてください。

- ☒ 朝ごはんは必ず食べましょう
- ☒ 前日は早く寝ましょう
- ☒ つめを短く切りましょう
- ☒ 朝の健康観察をしましょう

登校時のケガに 気を付けましょう

登校時のケガが多いです。4,5月だけで30件の登校時のケガがありました。

話を聞くと、9割が「**走って転んでしまった**」と言います。

ランドセルを背負った上で走ると、大きな擦り傷になったり、顔をぶついたり、ケガが大きくなりがちです。

登校の際は、落ち着いて歩いて登校するようお声かけください。

