

保健だより

令和6年9月2日
杉並区立桃井第一小学校
保健室

2学期が始まりました



夏休みもあっという間に終わり、いよいよ2学期がスタートしました。新学期の疲れから体調を崩したり、思わぬ病気やけがをしたりしないためにも、早く学校の生活リズムに戻して、2学期も元気に過ごしてほしいと思います。

モモリンピックへ向けた練習が始まります。今年の夏も気温が高く、まだまだ暑い日が続きます。熱中症やけがをしないように、規則正しい生活を心がけていきましょう。

9月保健行事予定

＜身体計測＞ 2学期の始めに身体計測を行います。

9月	3日(火)	6年
	4日(水)	5年
	5日(木)	4年
	9日(月)	3年
	10日(火)	2年
	11日(水)	1年

*体育着を着て測定します。
忘れないように、お願いします。

5年生保護者、6年生対象保護者の方へ

～小児生活習慣病予防検診について～

前回の保健だよりでもお知らせいたしましたが、5年生と経過観察・転入等6年生の希望者を対象に、小児生活習慣病予防検診を11月18日(月)に実施する予定です。

小児生活習慣病予防検診のお知らせを7月に配布させていただきました。詳細は、配布いたしましたお知らせをお読みください。5年生にはテトルでも、配信いたしました。

検診の内容の1つに、血液検査があり、「採血」を行いますので、必ずお子さんとよく相談の上、検診の希望の有無を入力フォームにご入力ください。

入力期限は、**9月16日(月)15時**です。
(全員ご入力をお願いします)

※6年生は対象者にのみ、お知らせを配布いたしました。

- ①経過観察者(5年生時の検診結果が判定区分「Ⅰ」又は「Ⅱ」)
- ②転入等のため、5年生時に検診を受診できなかった児童
- ③肥満度が30%以上等の児童



～6年生口腔保健指導より～



7月3日に、学校歯科医の山口先生と
歯科衛生士の方々に来校していただき、
6年生を対象に口腔保健指導を行いました。

「歯と口の健康づくり」に基づく健康
志向の保健教育として、歯肉炎について
の講話と、ブラッシング指導を中心とした授
業でした。また、デンタルフロスの必要
性を学び、実際にデンタルフロスを使っ
て歯垢を取りました。



～児童のワークシートより～

- ・生えかけの歯があるので、歯ブラシを横にしてみがいていきたい。
- ・歯みがきだけでなく、デンタルフロスも使っていきたい。
- ・今まではあっちこちばらばらにみがいていたので、これからは奥歯から順番にみがいていきたい。



9月
ほけんもくひょう
保健目標

けがを予防しよう

学校で安全にすごすために

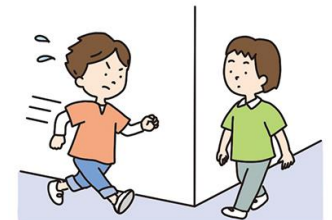
学校は、みんなが集まって勉強したり、運動したり、いろいろな活動(かつどう)をします。多く(おほく)の人がいるので、みんなが安全(あんぜん)にすごせるように、こんなことに気をつけましょう。

階段



階段(かいだん)を上ったり下ったりするときに、心ざけたり、段(だん)を飛ばしたりすると、転(ころ)げ落ちてしまう危険(きけん)があります。絶対(ぜったい)にやめましょう。

曲がり角(まがりかど)では、向こう(むこう)から人(ひと)が歩いてくるかもしれません。よそ見(よそみ)をしたり走(はし)ったりすると、ぶつかってしまうかも。「だれか来るかもしれない」と思って、気(き)をつけましょう。



曲がり角

ろう下(ろうか)は
走(はし)らない



急(いそ)いでいても、ろう下(ろうか)を走(はし)ってはいけません。ろう下(ろうか)を走(はし)ると、他(ほか)の人(ひと)にぶつかったり、すべりやすくなったりします。走(はし)らなくていいように、時間(じかん)に余裕(よゆう)をもって行(こうどう)動(どう)しましょう。