

保健だより

2学期が始めました

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そうです。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学期の始まり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年生にはメールでも、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

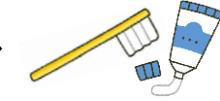
令和6年9月2日
杉並区立桃井第一小学校
保健室



～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。
- ・今まであっちこっ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
保健目標

行動を予防しよう

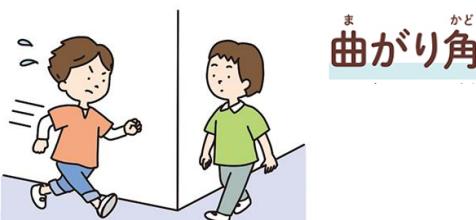
学校で安全にすごすために

階段



階段は、みんなが集まって勉強したり、運動したり、いろいろな活動をします。多くの人がいるので、みんなが安全にすごせるよう、こんなことに気をつけましょう。

階段を上ったり下りたりするときに、ふざけたり、段を飛ばしたりすると、転げ落ちてしまう危険があります。絶対にやめましょう。



ろう下は
走らない



急いでいても、ろう下を走ってはいけません。ろう下を走ると、他の人にぶつかったり、すべりやすくなったりします。走らなくていいように、時間に余裕をもって行動しましょう。