



羽村市立栄小学校 保健室 令和7年6月2日

6月になりました。暑い日が増えてきて、湿度も高くなってきました。これから、梅雨がやってきます。梅雨の時期は、暑くなったり寒くなったり気温の変化が大きいので、体調をくずしやすくなります。朝ごはんをしっかり食べてきちんと眠って、体調を整えましょう。

6月の保健目標 『歯を大切にしよう』



6月12日（木）に歯科検診があります。

「むし歯はあるかな？」「歯ぐきは元気かな？」「歯みがきはできているかな？」を歯医者さんにみていただきます。朝ごはんを食べたら、ていねいに歯みがきをしてから登校してくださいね。

むし歯菌から★好かれるのは、★こんな子だよ！



むし歯は自然に治ることはありません。

大切な歯をむし歯にしないように気を付けましょう！



水泳がはじまります

6月17日から水泳の授業がはじまります。

プールに入る前に準備ができているか、チェックしましょう！！

プールに入る日の注意



●しっかりすいみんをとり、朝ごはんを食べてきましょう。

●体をせいけつにし、手足のつめを切っておきましょう。



●発熱、げりなど体調が悪く、悪いときはプールには入れません。



お家の方へ

6月17日（火）から水泳指導が始まります。安全に水泳指導を行うためにも十分な睡眠をとらせ、朝ごはんをしっかり食べさせるようにしてください。また、朝の健康観察をお願いいたします。

●医療機関の受診は水泳指導前に

内科、眼科、耳鼻科は水泳の可否に関わることもあります。各検診で「欠席者検診のお知らせ」や「治療のお知らせ」を受け取っている方は水泳指導の前（6月13日（金）まで）に受診してください。検診・治療が終わりましたら、担任に報告書の提出をお願いいたします。



お家の方へ



校内で実施する健康診断も、残すところ 12 日（木）の歯科検診のみとなりました。保健調査や結核検診問診票の記入等、御協力ありがとうございました。

気温や湿度が高い日も多くなり、熱中症への注意が必要になってきています。引き続き御家庭と連携を図りながら対応してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

● 歯科検診の結果お知らせについて

- ・羽村市では歯科のみ全員に「結果のお知らせ」を配布しています。結果は 6 月中に配布します。
- ・「問題なし」と「経過観察」の場合は用紙を学校に提出する必要はありません。
- ・「受診のすすめ」の場合は早めに歯科医院を受診し、結果を提出してください。

学校の健康診断は病気の疑いのある人を探す検査です。医療機関を受診し、「異常なし」となることもあります。御承知おきください。

● 熱中症予防の御協力をお願いします

- ・水分補給のための水筒をご用意ください。（水かお茶）
- ・暑さの調節がしやすい着衣をご用意ください。（朝は肌寒くても、日中気温があがる日があります。）
- ・早寝早起き、朝ごはんを心掛け、体調管理をお願いします。
- ・暑くなる日には、登下校や休み時間にかぶる帽子があると良いです。（1 年生は休み時間も黄色い帽子をかぶっています。）

- ※ 体が暑さに慣れていない今の時期が熱中症のリスクが高いと言われています。
- ※ 短時間の軽い運動で汗をかくことから始め、運動量を増やしていくことで暑さへの抵抗力をつけることができます。
- ※ 気温があまり高くなくても湿度等の状況で熱中症の危険は高くなります。
- ※ 保健室では「塩分タブレット」や「OS-1」などの電解質補給飲料を常備し、熱中症が疑われる場合に使用することがあります。食物アレルギーなど影響のないものを選んでいますが、御心配なことがありましたら保健室までお声掛けください。

水筒の持ち歩き方

お気を付けください!!



暑い日が多くなり、遊びに行く際も水筒を持ち歩いていると思います。
消費者庁の HP で『水筒を持ち歩く時の転倒事故に注意!』と注意喚起が
されています。(2023 年 8 月 25 日配信)

転倒した際に首や肩にかけていた水筒がお腹に当たり、内臓を損傷したケース
が報告されているそうです。

消費者庁では、

- ・水筒はなるべくリュックサック等に入れましょう
- ・水筒を首や肩にかけているときに走らないようにしましょう
- ・遊具等で遊ぶ場合は、水筒を置いて遊ぶようにしましょう

と、3つのポイントが示されています。

学校でも、3つのポイントについて指導しました。

登下校の際はなるべくランドセルの中に入れていただきたいと思います。荷
物が多かったりして水筒が入らないこともあるかと思います。その際は、2つ目の
「水筒を掛けているときには走らないようにする」ことの声掛けを十分に送り
出していただければと思います。

学校外でも、水筒を持ち歩く際はお気を付けください。

※事例等、詳しくはこちらを検索してください。



[Vol.635 水筒を持ち歩くときの転倒事故に注意! | 消費者庁 \(caa.go.jp\)
https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/child/project_001/mail/20230825/](https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_safety/child/project_001/mail/20230825/)

