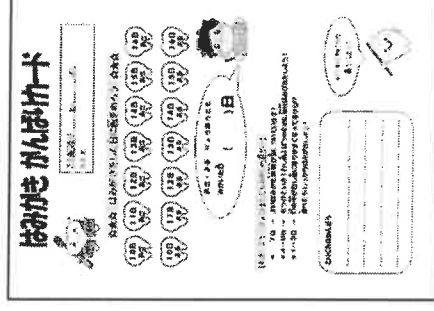


上越市立
八千浦小学校
2024.6.7
No.4

歯と口の健康週間

6月10日(月)～14日(金)は、歯と口の健康週間です。『はみがきががんばりカード』を配付しました。1週間、毎日朝と晩に、しっかり歯を磨けたかどうか、確認します。忘れずに磨けたら、がんばりカードに色を塗ります。ご家庭でのご確認、ご協力をお願いいたします。



～保健関係 今後の予定～

日時	検査・検診	対象者及び注意事項等
6/9(日)	お口の健康 フェスタ	上越市市民プラザにて開催。 詳細は、5/24 配付のお便りか、別で配信したお便りをご覧ください。
6/10(月) ～6/14(金)	歯と口の健康 週間	ご家庭での、『はみがきがんばりカード』実施のご協力を お願いいたします。
6/13(木) 3限	歯肉炎 予防教室	5年生 【持】歯ブラシ、コップ、ティッシュ、タオル ※忘れずに!
6/13(木) 5限	学校保健 委員会	6年生 『八千浦学園ライフスタイル』について話し合います。 ぜひたくさんのご参観、お待ちしております。
6/19(水) 13:30～	眼科検診	全学年 前髪が目にかからないようにご配慮ください。
6/20(木) 9:20頃～	耳鼻科検診	1・3・5年生全員、2・4・6年生の問診票有症状者 前日に耳掃除をしてきてください。

元氣アップウィーク

八千浦地区の子どもたちの心身の健やかな成長を願い、健康的な生活習慣を身に付けることを目指した取り組み『元氣アップウィーク』を行っています。

毎月第2週目にご家庭で取り組んでいただきます。5月に引き続き、6月もあり
がとうございませす。結果を入力できる児童は、ご家庭で入力をお願いいたします。

健康診断『結果のお知らせ』について

健康診断が進んでいます。終了した健康診断で受診の必要がある児童には、『結果のお知らせ（受診勧告書）』を配付しています。受け取りましたら、なるべく早く早めの受診をお願いいたします。既に受診し、用紙を提出していただいた方は、ありがとうございます。

その他の児童には、全ての健康診断が終了し次第、『わたしのけんこう』に記録し、お知らせいたします。

- ◎内科検診
 ◎歯科検診
 ◎視力・眼科検診
 ◎聴力・耳鼻科検診
- … 4/26(金) 配付済み。
 … 5/10(金) 配付済み。
 … 6/19(水) 終了以降、配付予定。
 … 6/20(木) 終了以降、配付予定。

※受診を必要としない『経過観察のお知らせ』を配付する場合があります。

ご不明な点は、いつでも【025-543-2784 八千浦小 養護教諭（野澤）】までご連絡ください。

暑さに備えた体づくりをしよう

体調が優れないと、熱中症になりやすいです。熱中症にならないよう、日頃から十分に睡眠をとり、朝食をしっかりと食べるなど、体調管理にご協力ください。

熱中症予防のために、水筒のご準備をお願いいたします。中身は水、若しくはお茶です。

また、急な温度変化に備えて、軽く羽織れる薄手の上着や、体操着の半袖・短パン・長袖・長ズボンが準備されていると思います。

暑い 暑くなるといって、
汗 汗をかいたら清潔な
タオルやハンカチでふこう
体温を調節しよう

暑い 暑いときは
気温が高いときは
こまめに水分補給をしよう

暑い 外出のときは帽子をかぶり
紫外線を避けよう

暑い 熱中症
の予防のため、こまめな水分補給を習慣に
しましょう。また、手をぶくハンカチとは
別に、汗ふき用の清潔なタオルも持たせて
ください。