

# ほけんだより 7月

平成28年7月日  
日立木小学校  
保健室

梅雨があけるといよいよ本格的な夏になります。梅雨明けは、気持ちの良い天気になりますが、気温・湿度ともに高く日差しも強いので「熱中症」になりやすい時期でもあります。熱中症にならないようしっかり予防して、元気いっぱい過ごしましょう。

7月の保健目標  
夏を健康にすごそう



## 自分手帳及びファイルの配布について

今年度より4年生以上に、福島県教育委員会より自分手帳が配布となります。それに伴い、健康診断の結果等健康に関する物を入れるためのファイルを用意しました。3年生以下についても、同様のファイルを用意しましたので、今後は自分手帳とファイルを活用していきたいと思えます。

全学年、夏休み前に1学期の健康診断の結果をファイルに入れた状態で配布しますので、なくさずに2学期に持ってきてください。(自分手帳は、夏休み中に記入できるところは、記入しておいてください。)

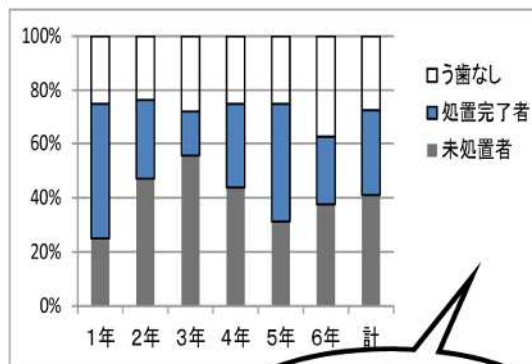
なお、自分手帳は学校でも使用しますので、毎日ランドセルに入れておいてください。

※「自分手帳」は、自分の健康状態や体力の状況、食習慣や食生活の状況を小学校1年生から高校3年生までの12年間継続して記録することで、関心をもち改善できる様にと作成されました。(自分手帳は、予備がありません。なくした場合は、コピーした物を使用することとなります。)

来年度からは、4年生のみ配布となります。



## ～歯科健診の結果から～



今年度の歯科健診の結果、6年生にう歯(むし歯)のない児童が多くいました。歯を大切に、ていねいな歯みがきでむし歯にならないようにしましょう。むし歯のあった人は、夏休み中に治療しましょう。

永久歯のむし歯で一番多いのは、6才きゅうしです。奥歯までしっかり歯みがきをしましょう。

処置完了者は、6月30日までに処置がすすんでいる人数です。

夏休み中も

早ね・早おき・あさごはんそして、

しっかり歯みがきで健康な生活を心がけてください。夏休みには、健康委員会の児童が作成した、はみがきカレンダーを配布します。夏休みが終わったら提出してください。保護者の皆様からの声かけもよろしくお願いします。



## 治療連絡票のご提出を!

学校健診後の医療機関を受診され、治療が終了しましたら、連絡票をご提出ください。よろしくお願いします。

