

6月ほけんだより


令和8年6月2日

清瀬市立清瀬第八小学校

校長 大森 雅之

養護教諭 大橋 美智子

<6月健康診断日程>

検査項目	日時	該当学年	注意事項等
歯科健診	6月 4日(木) 8:45~	2・4・6年生 たいよう(2・4・6年生)	●朝は、必ず歯磨きをしてから登校してください。 
	6月18日(木) 8:45~	1・3・5年生 たいよう(3・5年生)	
脊柱側弯症検診	6月 8日(月) 10:45~	5年生及び6年生該当者	●体育着を忘れずに持ってきてましょう。

6月4日~10日は「歯と口の健康週間」

【むし歯予防のポイント】

- よくかんで食べる
- 食後に歯みがきをする
- おやつは時間を決めて食べる
- 寝る前に歯みがき
- 歯ブラシは立てて乾かす
- 定期的に歯科医院でみてもらう



※歯科健診の結果、むし歯などがあった場合は早めに受診しましょう。

熱中症予防 ~体を暑さに慣らしましょう~

先月は5月とは思えない暑さの日がありました。今後も暑い日が続きますので、徐々に体を暑さにならしていきましょう。

- 湯船につかる
- 涼しい服を着る
- 冷房の温度を下げすぎない
- こまめに水分補給をする
- 軽く運動をする



1学期も半分を過ぎました。発熱やのどの痛み、咳、腹痛などの症状で欠席する児童が出ています。先月は溶連菌感染症やアデノウイルスの報告がありました。体調がすぐれない場合は、早めに受診しましょう。