



だんだんと真夏日（30℃以上の日）が増えてきました。外での活動の際に気を付けたいのが『熱中症』です。帽子をかぶるなど、自分に出来る対策を心掛けましょう。

熱中症予防日頃からのこころがけ



規則正しい生活で
体調管理



水分はこまめに、
回数を多めにとる



運動するときは
こまめに休憩を



体調の悪いときはむりに
運動しない

＜歯科検診の結果より＞

歯科検診の結果、むし歯のある児童が29名（全体の約38%）いました。また、歯垢が
付着している児童は15名（全体の約19%）いました。

「歯科検診結果のお知らせ」で『う歯（むし歯）』や『歯垢付着』の欄に○が付いていた
人は、早めに歯医者さんを受診しましょう。夏休みを利用して受診できるといいですね。

むし歯を防ぐ生活習慣



食後の歯みがきが基本



甘い物を食べすぎない



しっかりかんでゆっくり食べる



定期的に歯科検診を

保健指導を実施しました

1年生：からだをきれいに

体の名称や汚れやすいところを知り、なぜ体や身の回りを清潔にするのかを学びました。また、おしりの拭き方（後ろから手を入れて、前→後ろに拭く）も学びました。



5年生：全国歯みがき大会参加



DVDを視聴する「全国はみがき大会」に参加しました。歯ぐきについての学習や効果的な歯みがき方法の実践などを学びました。また、ちゃんとした歯みがきを毎日やりきることが、夢や目標の実現につながることも学び、それぞれの目標を立てました。

9月の身体計測の日程

ひつけ 日付	ようび 曜日	ないよう 内容	びこう 備考
にち 3日	すい 水	しんたいけいそく 身体計測	ふくそう なたつようたいいく ぎ じょうげ 服装：夏用体育着上下 かみ け あたま うえ うし 髪の毛は頭の上・後ろでしばらないようにしましょう。
にち 18日	もく 木	しんぞうけんしん 心臓検診	たいしやう ねんせい 対象：4年生

雷から身を守るために

雷が接近しているサインに気づいたら...

- 黒い雲が近づいて暗くなる
- ピカッと光ったりゴロゴロという音が聞こえる
- 急に冷たい風が吹いてくる

建物の中に避難しましょう！

×

木の近く

×

軒下

※ 近くに逃げ込む建物がないときは
なるべく頭を低くして、しゃがみます。
両足を閉じてつま先立ちになり、
耳もふさぎましょう。

保護者の方へ

1学期も残すところあとわずかとなりました。保護者の皆様には、年度当初の各種調査票の提出や健康診断等大変お世話になりました。1学期を無事に終え、楽しい夏休みになればと思っています。ご協力ありがとうございました。