

ほけんだより

白鳥西小学校 保健室 平成30年7月20日発行 第5号



あした なたやす にちかん たの げんき す
 明日から夏休み♪ 44日間を楽しく、元気に過ごしてね!

は 歯みがきカレンダー・健康パワーアップカードを配付します!

あした は けんこう はいふ
 明日、歯みがきカレンダーと健康パワーアップカードを配付します。これらは表裏で1枚
 になっています。歯みがきカレンダーは毎日、パワーアップカードは8月の最終週で設定
 しています。忘れずに取り組んでください。【提出日：9月3日(月)】



みんなで目指そう!
 白鳥西小むし歯ゼロ!

むし歯治療済み児童
 4年生 大槻 拓実さん

先月号から本日までに、むし歯の
 治療が済んだ児童を紹介しします。

治療が済んだ児童には
 賞状を渡しています!



現在のむし歯治療率：66.1% (39/59人)

～目標のむし歯治療率80%達成まであと9人!!～

※現在の「むし歯ゼロ」児童数：80.2% (81/101人)

むし歯は歯みがきを頑張っても自然には治りません。また、
 初期のむし歯は痛みがなく、進行すると痛くなります。
 痛む前の早めの治療で、歯の健康を守りましょう!



保護者の皆さまへ

健康診断の結果、受診が必要な児童の中で、受診報告が確認できて
 いない児童を対象に本日、受診勧告を再配付させていただきました。
 子どもたちの健康のため、この夏休みに治療を済ませていただきます
 よう、お願いいたします。治療や受診が済んだ際は、「受診報告書」に
 て、学校へお知らせください。

ねっちゅうしょう みづ じこ じゅうぶん
 熱中症・水の事故には十分
 き 気をつけて、過ごしてください!



7月の来室状況 (7月18日現在)

けが … 35件
 病気 … 17件
 来室総数 52件



規則正しい生活を!

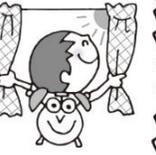
まだあるよ 夏休みの宿題

保健室からも、みなさんに
 夏休みの宿題があります。



病院に行っておく
 健康診断で「受診のおすすめ」をも
 らったのに、まだ病院に行っていない
 …という人は、時間のある夏休みに治
 療を終わらせましょう。

生活リズムを整える
 休みの間も、学校がある時と同じ生
 活リズムで過ごしましょう。カーテン
 を開けて朝日を浴びれば、
 体内時計がリセットされ
 て順調な1日をスタート
 できます。



健康目標を立てる
 1日に3回歯みがきをする、毎日欠
 かさず朝ごはんを食べるなど、この夏
 休みは自分で健康目標を立てましょう。
 毎日続ければ、ますます
 元気に新学期を迎えられ
 ますよ。



さわやか週間の取り組み

今月のさわやか週間の結果と来月のさわや
 か週間の日程をお知らせします!

2学期も、みんなでハンカチ
 わす 忘れゼロを目指そう!

【9月のさわやか週間】
 9月10日(月)～9月14日(金)

【7月の結果】
 「さわやか賞」
 2・3・5・6年生
 「努力賞」
 1・4年生
 全学年が受賞!!
 すばらしい!!