

ほけんたより

定期健康診断が終わりました

身体測定・内科検診・尿検査など、4月から行っていた定期健康診断がすべて終わりました。困ることなく元気に学校生活がおくれるように、みんなの体を調べました。お医者さんでみてもらう必要がある子には、すでに「結果のお知らせ(プリント)」を渡しています。

昨年度まで定期健康診断の結果は、「けんこうのきろく」で夏休み前にお知らせしていましたが、今年度から「健康診断結果のお知らせ」として、終業式にファイルに入れてお知らせします。

みんなに
歯科健康診断の結果のお知らせを
わざしました

むし歯や要注意乳歯などがあった人は、早めに歯医者さんで
みてもらいましょう。

ちりょうのひつようがなかった人でも歯医者さんに行けます！
歯ぐきの様子をみてもらったり、歯こうをとってもらったり…。

かみ合わせの相談にものってくれます 夏休みも治療のチャンスです。

もくもくと大きな雲があったら

夏 の空でよく見る、もくもくと大きな雲。これは「積乱雲」です。入道雲とも言われます。夏の暑い日差しで地面が温められ、湿った空気が勢いよく空に上って雲になるので、上に向かって大きく成長します。気持ちの良い青空と白い雲に、さんさんと輝く太陽。夏らしくさわやかなイメージがありますが、

この積乱雲は、30分から1時間の短時間に狭い範囲で、雷を落とし、激しい雨を降らせます。「ゲリラ豪雨」と言われる激しい雷雨を数時間降らせるなど災害につながることも。急に気温が下がる、風が強くなる、小さく雷の音がするなどは発達した積乱雲が近くにあるサイン。川や木のそばなど危険な場所から離れ、頑丈な建物の中に避難しましょう。

2025年7月15日
みのしましょうがっこう
ほけんしつ

ひ あつい日がつづきます！！

基本は無理をしないこと！

熱中症予防のための日頃からの心がけ



規則正しい生活で体調を整える 喉が渇く前にこまめに水分をとる 運動するときはこまめに休憩をとる

熱中症かも！どうすればいい？ 判断チャート

スタート

友だちのようすがおかしい

- 倒れる
- 気分が悪い、頭が痛い
- 体に触ると熱い
- 力が入らない、座り込む
- ふらふらする、立っていられない

声をかけてみよう



おとなをよぼう！！

- 「だれ」が「どこ」で「どんなようす」
- 先生に伝え、救急車を呼んでもらおう
- 待つ間に応急手当を
- 涼しいところに連れて行く（風通しのいい木陰・エアコンのある教室など）
 - 服をゆるめる
 - 冷やす（水をかけてうちわなどであおぐ、首の両脇・わきの下・足の付け根を氷のうなどで冷やす）

水分を補給する

ただし！ 無理やり飲ませるのはダメ
気道に流れ込んだり、吐いたりしてしまうかも

自分で水分を摂れる？



症状はよくなった？



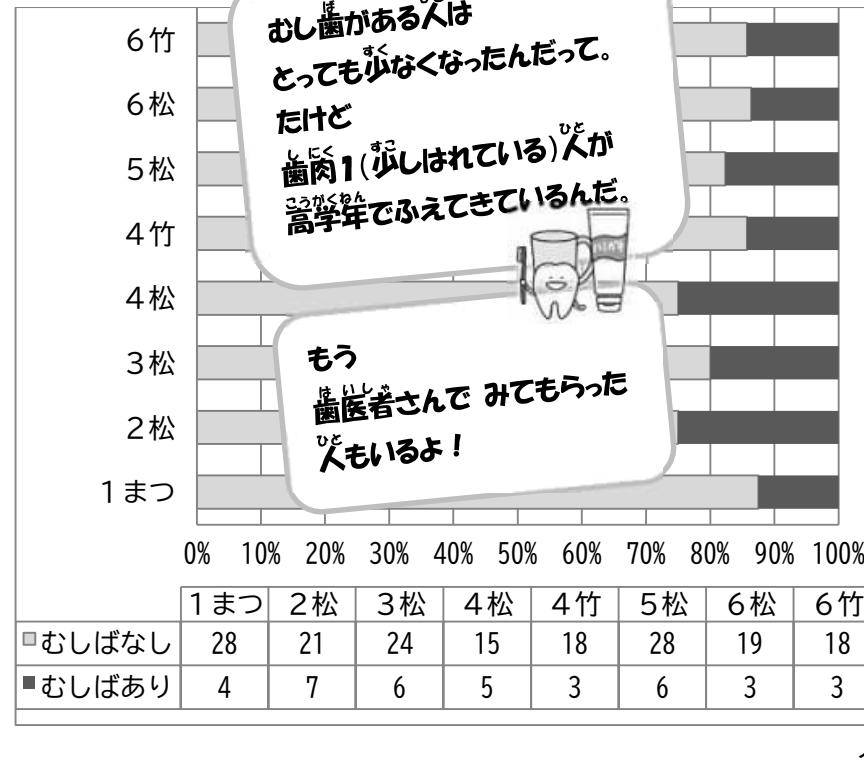
そのまま安静にして十分に休みます

回復したら、先生に言ってお家に帰ります

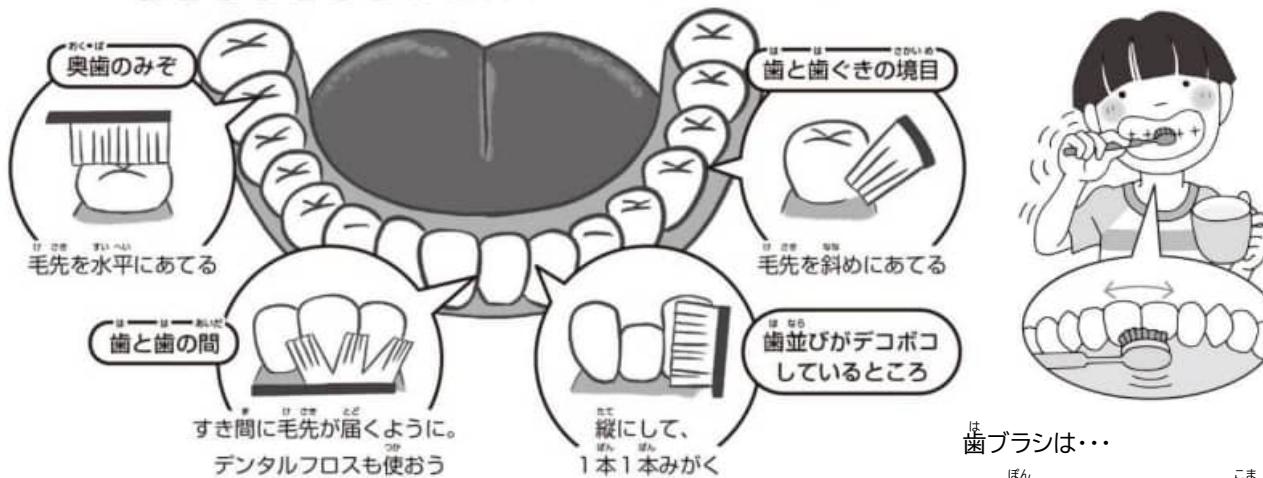
しかけんこうしんだん けっか

歯科健康診断の結果 より

むし歯や要注意乳歯があった人は、おうちの人と相談して、歯医者さんに行きましょう。



△みがき残しやすい場所とみがき方



有田地方歯・口に関する標語 表彰

●特選(小学校低学年の部)

1年松組 平松 愛士 さん

「きれいなはひびのどりよくのつみかさね」



●入選(小学校低学年の部)

3年松組 尾藤 茉央 さん

「バトンたっち これからまもるよ おとなのは」



こうないはひょうごどうひょうさきだ
校内の歯の標語投票に先立って、
「有田地方歯・口に関する標語」に
おうぼ応募していました。

2名が表彰されました。

歯の標語 優秀作品 決まる!

歯と口の健康週間にあわせて保健委員会が歯の標語を募集しました。

保健委員が学年2作品を選び、みなさん投票してもらいました。

投票数が多かった4作品について表彰しました。



1位 歯みがきは かがやく未来の かけ橋だ

5年 松組 石井 永櫻 さん

2位 こどものは おとなにかわる たからもの

3年 松組 上田 弥太郎 さん

3位 はみがきは むし歯をふせぐ ヒーローだ

5年 松組 上野山 杏 さん

3位 毎日を きれいな歯で すごしたい

6年 竹組 中 陽由 さん



ほけんしより



2025年7月18日 美のしましょうがっこう ほけんしつ

なつやすみ号

いよいよ夏休み。自由な時間がふえ、
しゅみやスポーツ、読書、自由研究など
やりたいことに挑戦できる貴重(=ひじよ
うにたいせつ)なお休みです。

そのために気をつけてほしいのが時間
の使い方です。朝おそく起きて1日だら
だら・・・は、もったいないよ。生活の
リズムをくずさず、充実(=じゅうぶんなか
みがつまっていること)した夏休みにしてくだ
さい。思い出たくさんつくってね。



保健室利用状況

1学期が終わりました みんな元気だったかな?

保健室「病気の記録」より〔4月8日から7月17日まで〕
(熱だけはかった人は記録していないことも。けがの人は入っていません)

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	計
4月	3	2	8	0	6	5	24
5月	1	1	4	1	2	2	11
6月	1	0	7	2	2	6	18
7月	0	6	8	3	4	2	23
計	5	9	27	6	14	15	76

☆頭痛(あたまいた) ☆しんどい☆腹痛(おなかいた)が理由ベスト3

●昨年度の1学期の利用は、137人でした。今年はへりました。

●今年は梅雨明けが早く、暑い日が続きました。毎日暑かったね。

暑い日も雨の日も

みんなよくがんばりました!



はじぶんに



なつやすみの約束

やりすぎない ネット・ゲーム

ネットやゲームに夢中で座ってばかりの生
活だと、運動不足に。「1日1時間」などル
ールを決め、体を動かす時間を作りましょう。



す

水分補給はこまめに

暑いとたくさん汗をかくので、体がすぐに水
分不足にならないように、水分補給をしないと、熱中症で倒れ
てしまう危険も。家でも外でも、こまめに水分
をとりましょう。



み

だれ 誰と・どこに行く・ 何時に帰る、を伝えよう



だれ 誰と・どこに行く・ 何時に帰る、を伝えよう



8月25日 始業式



伊豆守候は、この頃ぐわは一寸の暇ひつか
り候ぬ。ついで、御の御の酒ひに酒を貰ひ
て、此へ入らる。此へ入らる。此へ入らる。
おはい、おはい、おはい、おはい、おはい、
おはい、おはい、おはい、おはい、おはい、



bingoはいくつてきたかな?

10曲できれいめ

なつやすみ名人



(8-9歳でできた読み書き)

なつやすみ一人前



(4-7曲できれいさみは…)

なつやすみの修業



（0~3歳だった頃は…）

なつやすみの見習い

