

6がっほけんだより

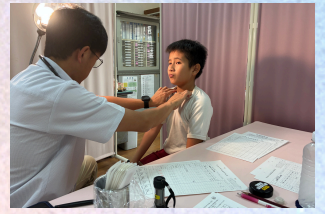
2026.6.1
奥小保健室
伊波奈津美

春の健康診断がすべて終了しました ✨ ご協力ありがとうございました。

4・5月からのたくさんの検査、お疲れ様でした！結果は一覧にして順次お配りしています。ぜひお家の人と一緒に見て、自分の体の状態を確認（自分の健康に関心を持つ第一歩）してみましょう！

5月1日の漏れ検査を受けた人や、結果を待っている人は、もう少し待っていてね！

5月14日の内科検診を終え、春の健康診断がすべて終了しました。受診勧告（受診のおすすめ）の手紙をもらった人は、早めの受診をお願いいたします。すでにすぐ受診して下さったご家庭が多く、健康への高い意識に心より感謝いたします。「（体）ガンジュー」でたくましく過ごすため、まだ受診できていないご家庭も、早期発見・治療への計画的なご協力をお願いいたします。



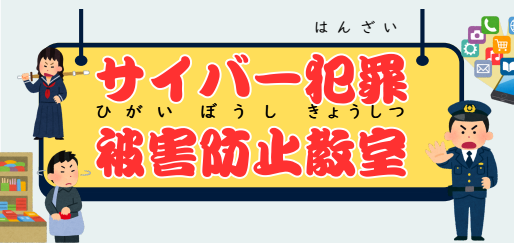
5月の保健・安全行事

5月13日 非行防止教室・サイバー犯罪被害防止教室を行いました。～きまりを守り、自分の心と体を守る～

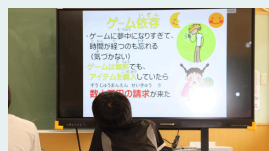


名護警察署の方をお招きし、非行防止教室を行いました。

低学年：紙芝居やクイズを通し、「万引きや人のものを勝手にとることは犯罪であり、子どもだからといって許されない」ことを真剣に学びました。

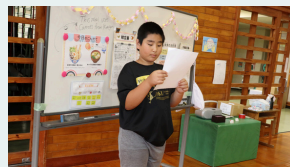


高学年：ネットリテラシーやSNS、ゲーム依存、ネット内でのコミュニケーショントラブルの危険性と対策について学びました。



茶摘み×国際交流！世界とつながる奥っ子

域、長い。地味上げる、し、委上げる、えま、食みな、迎い、給読つ、を行、とと、を、行、とと、皆交、を、にし、の、際、話、を、的、日、ス、国、会、メ、体、日、一、なら、ロ、主、一、バ、敵、が、一、た、ニ、素、な、と、し、れ、ユ、て、え、介、さ、ら、ス、し、伝、紹、根、見、ミ、通、を、立、に、が、を、化、献、域、姿、を、文、で、地、の、学、文、で、地、の、大、み、食、語、！、の、摘、の、英、た、子、ス、茶、本、が、し、っ、一、る、は、さ、り、い、イ、あ、に、り、あ、し、ス、で、間、よ、も、ま、一、性、時、け、躍、く、ノ、特、食、た、活、た、の、給、の、犬、





「今日、何度？」～熱中症に負けない奥っ子～

最近、暑さや湿度の高い日が増えてきました。運動場からは、サッカーを元気に楽しむ奥っ子の声が聞こえてきます。

ある日、保健室の窓をトントンと叩くほなみさん。「今日、何度？」と暑さ指数（WBGT指数）を気にする様子が見られました。自分の健康や安全に関心を持ち、「危機を回避しようとする姿」がとても嬉しかったです。

学校では、WBGT（暑さ指数）の段階（注意・警戒・厳重警戒・原則運動中止）に合わせて活動を判断し、熱中症予防に努めています。ご家庭でも「こまめな水分補給」や「朝食をしっかりと食べる」よう、声かけをお願いします。

今月の安全目標

水泳時のきまりを守ろう



暑い季節のお楽しみといえば、子どもたちが大好きな「水泳学習」が始まります。そこで、今月の安全目標は「水泳時のきまりを守ろう」です。水泳は楽しい反面、一歩間違えると大きな事故につながります。学校では、きまりの徹底や危険予測の指導を行ない、安全第一で進めます。

保護者の皆様へお願い

参加許可書の提出：水泳学習が近づきましたら「参加許可書」を配布します。記入・提出をお願いします。

耳鼻科等の受診：4月の耳鼻科検診で受診勧告があった人や、耳鼻目に違和感がある人は、プールが始まる前に早めにお医者さんへ診てもらうようお願いいたします。

今月の保健目標

歯を大切にしよう



6/4～10日は「歯と口の健康週間」です。4月の歯科検診の結果はどうだったかな？一生使う大切な歯を守るために、丁寧な歯みがきを続けましょう。

6月4日～10日は歯と口の健康週間



歯や口の健康を守るのは「チーム戦」

メンバー① 歯みがき 毎日のていねいな歯みがきが口腔ケアの基本です。	メンバー② だ液 よく噛むことで分泌されるだ液は口の中のお掃除屋さん。	このチームが、みなさんがむし歯や歯周病にならないために戦っています。でも、どこかが弱れると戦う力がダウンしてしまいます。みなさんのチームはしっかり活躍できていますか？
メンバー③ 歯医者さん 予防歯科のためにはプロによるクリーニングも必須。	メンバー④ 免疫力 正しい生活習慣で細菌に負けない免疫を鍛えましょう。	

むし歯予防のポイント



よく噛んで食べる 歯ブラシは立てて乾かす 食後に歯みがき 寝る前に歯みがき 定期的なプロケア おやつは時間を決めて食べる

6月の予定

- 6 / 1 保健朝会（歯と口の健康習慣について）
- 6 / 2 管理栄養士さんによる食育講話
- 6 / 3 スクールカウンセラーさん来校日
- 6 / 4 ～ 10 歯と口の健康週間
- 6 / 15 ハートウィーク週間
- 6 / 25 不審者侵入時対応訓練

