

< おうちのひととよみましょう >

平成31年4月9日 立花小学校 保健室

新規・入学おめでとうございます。

いよいよ、新しい学年のはじまりですね。みんなの元気な声や笑顔が学校中に広がるのをとても楽しみにしています。



保健室のくにみつみほ（國光美穂）です。

みんなの心と体の健康を保健室から応援して
いきます。どうぞよろしくお願いします。

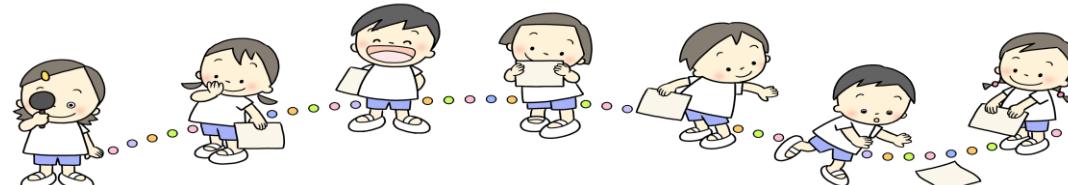
●4月のほけんもくひょう

自分の体を知ろう



健康診断が始まります

4月から6月にかけて、様々な健康診断が行われます。検診の結果、問題や病気の疑いがあった場合はお知らせします。病院でくわしく診ていただきましょう。



子どもの健康状態は日々変化しますので、ご家庭でも毎日の健康観察をお願いします。

裏も読んでください

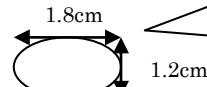
4月の健康診断日程

項目	日にち	学年	注意すること
発育測定 ・身長 ・体重	12日(金)	全学年	たいそうふくも体操服を持ってくる。 じょし女子は、髪の毛を頭の上で結ばない。
視力検査 聴力検査	15日(月)	2年生(2校時) 5年生(3校時)	めがねをかけている人は、 めがねを持ってくる。
	16日(火)	1年生(2校時) 3年生(3校時)	
※4・6年生は 視力検査のみ	17日(水)	4年生(2校時) 6年生(3校時)	
尿検査	24日(水)	全学年	提出当日の朝、尿をとる。
耳鼻科検診	25日(木)	1・3・5年	

は歯ブラシを持ってきましょう！

●新しい歯ブラシを持ちます。

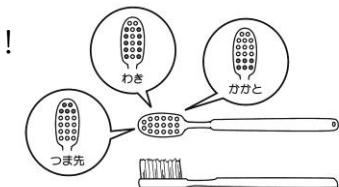
歯ブラシ立ての大きさです →



これにはいる大きなグリップ

●歯ブラシのヘッドは、だ円形タイプを選びましょう。

※おくの歯まで毛先がとどき、みがき残しがありません！



●歯ブラシの毛のかたさは「ふつう」です。

●キャップをとって歯ブラシ立てに入れましょう。

むし歯や歯肉炎の予防には、歯みがきが大切です。みんなの歯は、今、生えかわりの時期にあります。「どうせ生えかわるから」と乳歯を大切にしなければ、次に生えてくる永久歯にも悪い影響があります。(むし歯や歯並びなど)乳歯のむし歯も永久歯のむし歯も作らないために、正しいみがき方で歯と口の中をきれいにしましょう！

給食を食べ終わった後は、かららず歯をみがきましょう。歯がきれいになっていると、フッ素洗口の効果も大きくなります。

「毎日、1日3回の歯みがき」を目標にがんばりましょう。

フッ化物洗口申込の変更について

平成31年度も、フッ化物洗口を実施します。2年生から5年生で、申し込み内容を変更されたい場合は、学校まで連絡をお願いします。

＜ ただ う はついそくてい
正しく受けよう！発育測定 ＞

