

6がつほけんだより



令和8年5月30日
大田区立梅田小学校
校長 中村 一裕
養護教諭 岡部・満永

暑さに慣れていないこの時期は、熱中症に注意が必要です。
学校では熱中症指数を測定し、指数が高い時（熱中症指数31℃以上）は、屋外の活動を中止しています。

また、帽子の着用や水分補給、休憩の声掛け等の熱中症対策を行っています。
熱中症は、朝食の欠食や睡眠不足も発症の要因となりますので、ご家庭でもご配慮いただきますようお願いいたします。



6がつの保健行事

日にち	時間	保健行事	対象
3（水）	8:50	歯科検診	5年
5（金）	8:50	歯科検診	4年
9（火）	8:50	歯科検診	3年
12（金）	8:50	歯科検診	2年
16（火）	8:50	歯科検診	1年
30（火）	午前中	はみがき指導*	4年（1組・3組・4組）



（歯科検診）
当日の朝は、
忘れずに歯みがきを
してきてください！

*はみがき指導（4年2組・4年5組）は、7/2（木）に行います。

*学校歯科医の山崎先生と歯科衛生士さんより、ご指導をいただきます。

すいえいしどう

6がつ水泳指導がはじまります

たの あんぜん はい
（楽しく安全にプールに入るために・・・）

● プールがある日は、家庭で忘れずに健康チェックをしよう！

ねっ
✓ 熱はないですか？



ちが
✓ いつもと違うところ
はありませんか？

かおいろ ひょうじょう

・ 顔色、表情

はなみず

・ 鼻水

・ せき

げり ふくつう

・ 下痢、腹痛

・ はき気、 など

あさ
✓ 朝ごはんは
食べましたか？



ねぶそく
✓ 寝不足
ではないですか？



重要

内科検診・眼科検診・耳鼻科検診・尿検査・心電図検査が、未受診または未治療の場合は、
症状悪化の可能性や感染症の疑いがあるためプールに入水することはできません。

がつ か か は えいせいしゅうかん
6月4日～10日は、**歯の衛生週間**です。



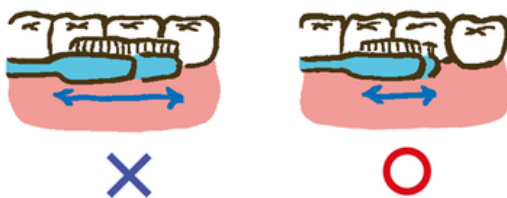
ちから
その1 「やさしい力」でみがこう！



ハブラシの毛先が広がっていると、みがいているつもりでもみがけていません。

毛先が広がらないくらいの「やさしい力」でみがきましょう。

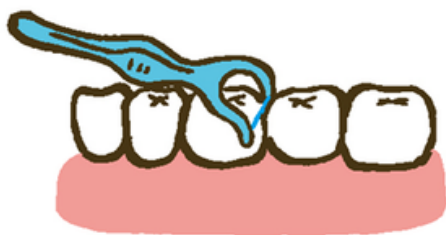
ぼん
その2 1本ずつみがこう！



ハブラシを大きく動かしすぎると、みがき残しが多くなります。

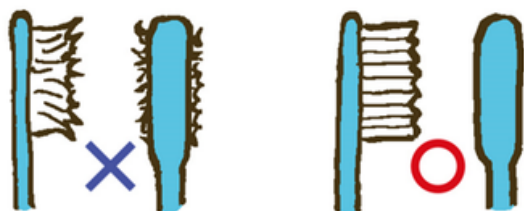
1本ずつ、小刻みに動かしてみがきましょう。

つか
その3 デンタルフロスも使おう！



歯と歯の間は、よごれ（歯垢）が残りやすいので、デンタルフロスも使ってみましょう。

けさきひら こうかん
その4 毛先の開いたハブラシは交換しよう！



ハブラシの毛先が開いただけで、よごれ（歯垢）を落とす能力が、60%に減ります。

ハブラシを後ろから見て、毛先がはみ出してきたら、新品と交換しましょう。