

ほけんだより 5月

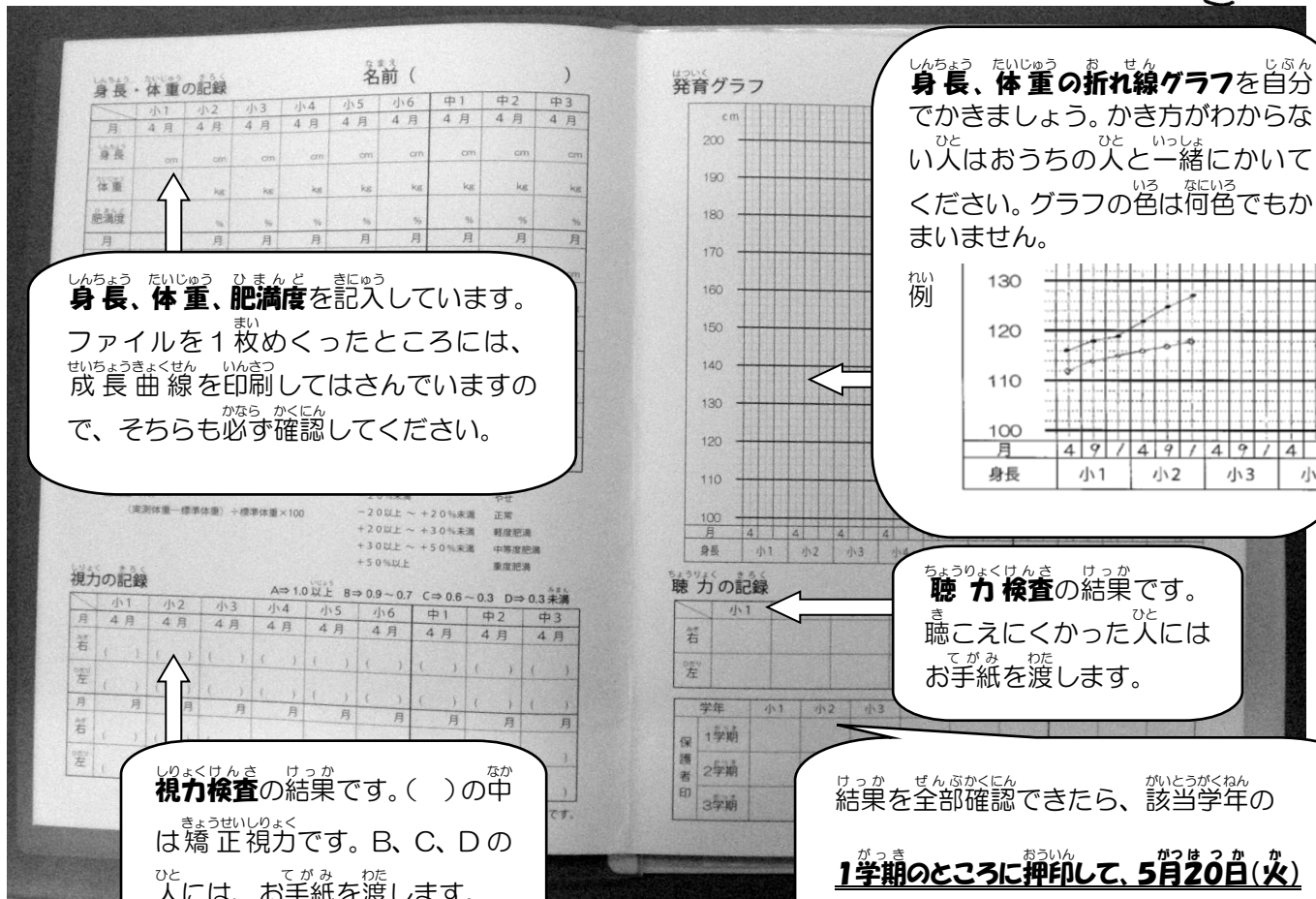
令和7年5月14日
名張市立美旗小学校
保健室

連休が終わって平常通りの毎日が始まりましたが、なんだか、つかれたな、からだがしんどいなあ、と思う人はいませんか？そんな人は、まずは生活リズムを見直してみましょう！早寝早起きをして、朝にはしっかり朝ごはんを食べましょう！毎日できるだけ、決まった時間に寝て、決まった時間に起きることがポイントです！これから暑い日が増えてきます。生活リズムをととのえて、元気に過ごしましょう。

本日、「成長の記録」を返却します！！

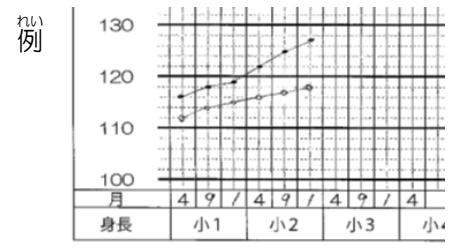
おうちの人といっしょに「成長の記録」をみてみよう！

さあ、ページをひらいてみよう！

身長、体重、肥満度を記入しています。ファイルを一枚めくったところには、成長曲線を印刷してはさんでいますので、そちらも必ず確認してください。

身長、体重の折れ線グラフを自分でかきましょう。かき方がわからない人はおうちの人と一緒にかいてください。グラフの色は何色でもかまいません。



視力検査の結果です。()の中は矯正視力です。B、C、Dの人には、お手紙を渡します。

聴力検査の結果です。聞こえにくかった人には、お手紙を渡します。

結果を全部確認できたら、該当学年の1学期のところに押印して、5月20日(火)までに返却してください。

★「成長の記録」は、小学1年生から、中学3年生まで9年間使用しますので、大切に扱きましょう。また、提出日までに必ず担任の先生に提出するようにしましょう。

提出日 **5月20日(火)まで**

ほけんだよりの裏も読んでね→

健康診断の「結果のお知らせ」を受け取ったら...

★まず名前を確認しましょう。

★必ずおうちの人に渡して、いっしょに内容を確認しましょう。

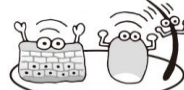
★保健連絡封筒に入れて渡します。封筒は、必ず学校に返却しましょう。



クイズ 歯に「ない」ものは？

ある

髪・肌・つめ

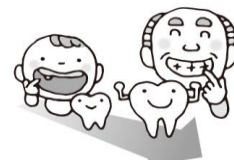


なし

歯



答えは、「再生」。つまり、傷ついたときに自分で復活できるかどうか。髪やつめは切ってもまた伸びてきますね。肌も、少しのケガなら何日か経てば治るのをみなさんも知っていると思います。では、歯は？乳歯が抜けると、永久歯が生えてきます。でも、人間の歯が生え変わるのはその一回だけ。むし歯になったところを削ったり、ケガで欠けてしまったりすると、その歯は自力で治ったり生え変わったりはしないのです。みなさんの一生のパートナーになる歯。ずっと一緒にいられるように、大切にしてくださいね。



保護者の皆様へ

本日、歯科検診の結果（全員）と、視力・聴力検査の結果（対象者のみ）をお渡ししました。

歯科検診の結果は、全員にお渡ししています。

- ・治療の必要のない人 → 受診していただく必要はありません。
- ・治療、相談が必要な人 → かかりつけの歯科医を受診し、用紙に記入の上、学校にご提出ください。（定期的に通院している場合は、次回受診日で大丈夫です。）

視力検査、聴力検査の結果のお知らせについては、受診の必要がある人のみにお渡ししています。医療機関を受診していただきましたら、学校へ提出していただくようお願いします。

結果についてご不明な点がありましたら、保健室の土屋までご連絡ください。よろしくお願いいたします。



歯科校医さんより

大人の歯に生え変わっていく小学生のあいだは、仕上げみがきをおすすめします。仕上げみがきで、むし歯の発生をかなり防ぐことができます。日々、お忙しいとは思いますが、結果的に、むし歯になり通院をするほうが、時間も治療の負担もかかってしまいます。

検診の結果、治療が必要な人は、早めにかかりつけの歯科を受診しましょう。

