

# ほけんたより6月

令和8年5月29日  
板橋区立志村坂下小学校  
校長 磯 茂子

梅雨の季節がやってきました。天気の変りやすいこの時期は、体調を崩しやすいので十分に注意が必要です。衣服の調整にはいつも以上に気を配るようにしましょう。

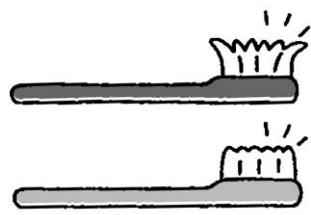


6月の保健目標  
は しにく たいせつ  
歯や歯肉を大切にしよう

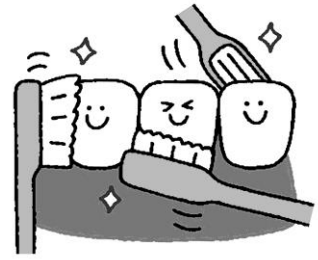
## じょうずな歯みがき、できている？



**みがくタイミング**  
食後と寝る前には必ずみがこう。特に寝る前は、むし歯予防にとっても大切。



**自分に合った歯ブラシ**  
清潔な歯ブラシを。毛先が広がったら交換。自分の口合うサイズと硬さを選ぼう。



**じょうずなみがき方**  
1本ずつ軽い力で小刻みに。歯と歯肉の境目、歯の裏側、歯と歯の間などを意識しよう。

### みがきのこしが起きやすい場所



みがきのこしがなく、意識してみがきましょう。

### 6月の保健行事

日にち	項目	備考
4日(木)	歯科検診1・2・3年 8:50~	
9日(火)	プール前検診(該当者) 日光移動教室事前検診6年	プール前検診は、学校生活管理指導表(心臓・腎臓)の提出者のみ
23日(火)	色覚検査4年(希望者)	

※結果は、歯科は受診者全員に配布します。色覚(4年希望者)は、有所見者のみ配布します。異常があった場合はなるべく早めに受診し、結果を学校までお知らせください。

※1年生・4年生の保護者に4月に呼吸器疾患スクリーニング検診のお知らせを配布しています。LOGOフォームを活用した検診です。QRコードを読み取り、**6月12日(金)まで**に回答をお願いいたします。

※今年度、プール前検診の日程とプール開きの日程が重なっております。該当のお子さんで、ご心配なことがありましたら、先に主治医へご相談の上、プールへの入水をお願いいたします。