

ほけんだより6月号

江東区立豊洲西小学校
校長 櫛田 光治
養護教諭
令和8年6月2日(火)

とよにしスポーツフェスティバルでは、みなさんが一生懸命練習してきた成果がみられ、とてもうれしい気持ちになりました。今年も早い時期から暑くなっていますので、汗ふきタオルや水筒を持ってくるようにしましょう。

6月の保健目標 歯と口の健康を守ろう

6月4日~10日は
歯と口の健康週間



よくかんで食べましょう

よくかんで食べると、良いことがたくさんあります!

「だ液」が出て、むし歯や
歯肉炎(歯肉の病気)を
予防できる。

脳のはたらきを活発に
する。



食べ過ぎを防ぐことが
できる。

食べ物の栄養を吸収し
やすくして、胃腸のはたらきを
助ける。

よくかんで食べるために、次のことを心がけましょう

誰かと一緒に楽しみ
ながら食べる。

味や歯ごたえを楽しみ
ながら、ゆっくり
食べる。



「ながら食べ」をしない。
(テレビやスマホを見
ながら食べない。)

今月の保健行事

- 6月 4日(木)耳鼻科健診(2・4・6年)
- 5日(金)眼科健診(2年・5年1~3組)
- 11日(木)耳鼻科健診(1・3・5年)
- 12日(金)眼科健診(1年・5年4~7組)



保護者の方へ
健康診断を欠席された場合は、他学年実施日に学校で受けられますが、実施日が終了している場合は、学校医療機関にて保護者同伴で受診していただくことになりますのでご了承ください。



6月15日(月)より、水泳学習が始まります。水泳は体をきたえるためにとっても良いスポーツですが、命に関わることもあります。健康や安全に気を付けて、楽しく学習しましょう。

みじか
つめを短く
切りましょう



はや はやお
早ね早起きを
しましょう



みみ
耳そうじを
しましょう



め みみ はな びょうき
目、耳、鼻の病気
がある人は、受診
しましょう



保護者の皆様へ

以下の感染症にご注意ください。

①咽頭結膜熱(プール熱) ※出席停止の感染症です

アデノウイルスによる感染症で、発熱・咽頭痛・結膜炎などが主な症状です。プールの水やタオルの貸し借りによって感染することがあるため、プール熱とも呼ばれています。

②流行性角結膜炎 ※出席停止の感染症です

アデノウイルスによる感染症で、「はやり目」とも呼ばれます。感染力が強く、感染から発症までの潜伏期間は約1週間です。目やに、充血、かゆみ、発熱やのどの痛みなどがあります。

③伝染性膿痂疹(とびひ)

かきむしったところの滲出液、水ぶくれなどで次々にうつります。プールの水ではうつりませんが、触れることで症状を悪化させたり、ほかの人にうつしたりする恐れがあるため、水泳の参加は見合わせていただきますようよろしくお願いいたします。(日本小児皮膚科学会より)

④伝染性軟属腫(水いぼ)

プールの水ではうつらないので、水泳に参加できます。タオルなどを介してうつることがあるので共有はさけてください。(日本小児皮膚科学会より)

ご家庭や放課後、習い事などでのけがの手当てについて

4月のほけんだよりでもお伝えしておりますが、保健室では、その日の登下校や学校生活の中で起こったけがの対応をするところなので、放課後や休みの日に起こったけがは、保健室では対応することができません。ご理解の程よろしくお願いいたします。