

ほけんだより6月

令和8年5月
相模原市立鶴園小学校
保健室

GWや運動会も終わり、少し落ち着いて生活を送れる時期になりました。一方で暑さが少しずつ厳しくなってきた、熱中症が心配される季節にもなりました。熱中症対策は水分補給や涼しい場所で過ごすことも大切ですが、睡眠や食事をしっかりと、体調を整えておくことも大切です。生活習慣に気を付けながら、少しずつ暑さに体を慣らしていきます。



6月の健康診断スケジュール



日にち	行事
3日(水)	心電図検査(1年生、対象者)
4日(木)	歯科検診(3年、2-2、2-3)
11日(木)	歯科検診(4年、5年、6年)
30日(火)	歯科巡回指導(2年、5年)

○30日(火)の歯科巡回指導では、2年生、5年生を対象に、歯科衛生士さんによる授業が行われます。5年生は手鏡・歯ブラシを使用します。忘れずに持ってきてください。

○受診をおすすめするおたよりをお子さんが持ち帰りましたら、早めの受診にご協力をお願いします。



歯と口の健康週間



6月4日～10日は歯と口の健康週間です。歯は一度むし場になってしまうと、治療しても完全には元通りには戻りません。また乳歯がむし歯になったとき、乳歯はいずれ抜けるから治療しなくても大丈夫と思っている人もいますが、次に生えてくる永久歯や歯並びに影響する場合があります。毎日歯みがきをていねいに行うとともに、乳歯も永久歯も、むし歯になった場合は早めの治療を心がけましょう。

感染症情報



鶴園小では現在流行している感染症は特にありませんが、5月に数名溶連菌感染症の報告がありました。発熱、のどの痛み、発疹などの症状がありましたらかかりつけ医にご相談ください。

また新しい環境や行事での疲れ、寒暖差で体調を崩しやすい時期です。体も心もゆっくりできる時間を大切にしていきましょう。

