



令和6年8月26日
北九州市立今町小学校
保健室 No.6

夏休みは楽しく、元気に過ごすことはできましたか？
今日から2学期が始まりました。今朝はすっきりと起きることができましたか？シャキッと目が覚めた日には、気持ちのよい1日をスタートすることができますね。気持ちのよいスタートをきるためには、「早ね」・「早起き」・「朝ごはん」の規則正しい生活が欠かせません。夏休みの間で生活リズムがくずれてしまった人は、今週で生活リズムを整えましょう。



2学期は下記の日程で発育測定を行います。急な体調不良者対応や、けが人の医療機関受診等により、実施日が変更になる場合もあります。ご了承ください。

実施予定日	実施予定学年	準備するもの・服装
8月28日(水)	5・6年生	体操服で測定を行います。 忘れないように、各ご家庭でも声かけをお願いいたします。
8月29日(木)	3・4年生	
8月30日(金)	1・2年生	

また、明日よりフッ化物洗口も下記の日程で実施いたします。2学期は17回実施予定です。
現在、97%もの児童が学校でのフッ化物洗口を実施できています。①毎日の歯みがきでむし歯の原因となる歯垢を除去し、②週に1度のフッ化物洗口でむし歯菌を寄せ付けない強く丈夫な歯をつくることで、歯と口の健康を保持増進することができます。

現在、フッ化物洗口を申し込まれていないご家庭も、いつでも開始することができます。連絡帳でも電話でも構いません。お気軽にご連絡ください。

①	8月27日(火)	⑩	10月29日(火)
②	9月3日(火)	⑪	11月5日(火)
③	9月10日(火)	⑫	11月12日(火)
④	9月17日(火)	⑬	11月19日(火)
⑤	9月24日(火)	⑭	11月26日(火)
⑥	10月1日(火)	⑮	12月3日(火)
⑦	10月7日(月)	⑯	12月10日(火)
⑧	10月15日(火)	⑰	12月17日(火)
⑨	10月22日(火)		

夏休みの間、朝・昼・晩のごはん以外にお菓子やジュースをだらだら食べたり飲んだりし続けていた人はいませんか？
お菓子やジュースには、むし歯菌が大好きな糖がたくさん含まれています。歯をみがかず放っておくと、どんどんむし歯が増えてしまいます。食事の後には歯をみがいて、むし歯を予防しましょう！



ねっちゅうしょう かんせんしょう き 熱中症・感染症に気をつけましょう！！

9月が近づいていますが、太陽の日差しの強い日々が続いています。
そのため、まだまだ熱中症に気を付けなければなりません。熱中症
を予防するためにも、①ぼうし、②タオル、③水分を持って登校しまし
う。特に水分は絶対に必要です。

また、新型コロナウイルス感染症や手足口病にかかる人も増えています。
どの感染症も「手洗い・うがい・換気・手指消毒・咳エチケット」などの
基本的な方法で予防することができます。みんなで気をつけていきましょう。

ほごしゃ 【保護者のみなさまへ】

お子様が学校で体調不良を訴えた際、発熱や明らかな症状がない場合でも感染拡大防止の
観点からお迎えをお願いすることがあります。ご理解・ご協力をお願いいたします。



水泳前の からだチェック



全部チェックできなかった人は水遊びをしないようにしましょう。

水泳学習を受けるためには、記入済み(4項目)の水泳カードの持参が必要です。1項目
でも記入漏れがあったり、水泳カードを家に忘れたりした場合は、お子様がどれほど健康であって
も水泳学習を受けることができません。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

下記に水泳カードの記入方法を掲載しておりますので、ご確認をお願いいたします。

	①	②	③	④
1	水	で	なし	あり
2	①体温	②風邪症状のあり・なし		
3	③参加する○、参加しない×	④保護者のサイン		
4	のすべて(①～④)に記入があれば水泳学習に参加できます。			
5	1つでも記入漏れがあった場合には水泳学習はできません。			
	児童の命を守るために必要となります。ご理解とご協力をお願いいたします。			
	見学をする場合は、その理由をこちらの欄に記入してください。			