



令和7年8月26日  
北九州市立今町小学校  
保健室 No.4

夏休みが明け、すてきな笑顔のみなさんに会えるのを楽しみにしていました。  
今日から前期後半が始まりました。今朝はシャキッ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。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。



## 8月の予定

前期後半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	保健教育
8月27日(水)	5・6年生	体の清潔や生命の誕生、プライベートゾーンなど、 性に関する保健教育を行う予定です。
8月28日(木)	3・4年生	
8月29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。前期後半は18回実施予定です。  
現在、全校児童が学校でのフッ化物洗口を実施できています。全校児童がフッ化物での洗口をし  
ている学校は、北九州市内で2校だけのことです。そのうちの1校が今町小学校です！

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、歯と口の健康の保持増進につながります。これから  
もフッ化物洗口を続けて、むし歯0を目指しましょう！

①	8月27日(水)	⑩	10月28日(火)
②	9月2日(火)	⑪	11月4日(火)
③	9月9日(火)	⑫	11月11日(火)
④	9月16日(火)	⑬	11月18日(火)
⑤	9月22日(月)	⑭	11月25日(火)
⑥	9月30日(火)	⑮	12月2日(火)
⑦	10月6日(月)	⑯	12月9日(火)
⑧	10月17日(金)	⑰	12月16日(火)
⑨	10月21日(火)	⑱	12月22日(月)

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！



# 熱中症・感染症に気をつけましょう！！

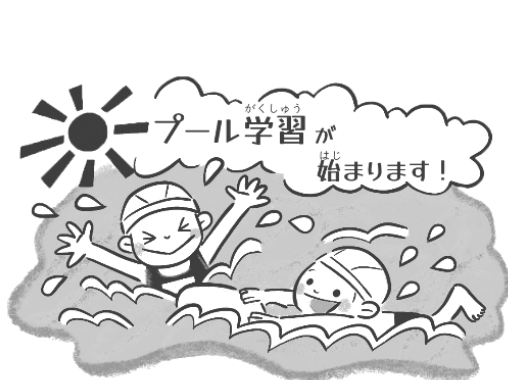
9月が近づいていますが、太陽の日差しの強い日々が続いています。  
そのため、まだまだ熱中症に気を付けなければなりません。熱中症を予防するためにも、①ぼうし、②タオル、③水分を用意して意登校しましょう。特に水分は絶対に必要です。

また、新型コロナウイルス感染症にかかる人がとても増えています。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。



## 【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、水泳カードや水着を家に忘れてしまった場合は、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	<div> <div> <p>①体温</p> <p>③参加する○、参加しない×</p> </div> <div> <p>②風邪症状のあり・なし</p> <p>④保護者のサインまたは押印 (スタンプ不可)</p> </div> </div>			
3	<p>のすべて(①～④)に記入があれば、水泳学習に参加することができます。</p>			
4	<p>1つでも記入漏れがあった場合には水泳学習には参加できません。</p>			
5	<p>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。</p>			
6	<p>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。</p>			