



令和7年5月30日 志木第二小学校 ほけんしつ

雨が多くなる季節になりました。湿気で校舎内の床が滑りやすい場所もあります。普段よりも廊下歩行に気を付けて過ごしましょう。登下校中のかさの使い方にも注意が必要です。周りが見えにくくなります。また人に向けたり振り回したりするとトラブルにもなります。正しく使って安全に登下校できるといいですね。

低学年はかさをはひもでとめてから、かさ立てに入れられるよう、ご家庭でも練習してください。

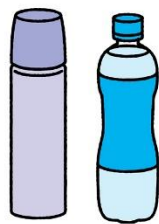
セルフディフェンス！食中毒の予防



手洗いで菌をつけない。食事の前、トイレの後、動物にふれた後にも手洗い。



消費期限を確認。封を開けたお菓子は長時間放置せず、早めに食べきる。



水筒の飲み物はその日のうちに飲む。口をつけたペットボトルは長時間放置しない。



※食中毒かなと思ったときは、むやみに市販の薬で症状を抑えずに受診する。

食中毒が流行する季節です

水筒は毎日持ち帰りきれいに洗って、よく乾かしてから次の日の飲み物を入れるようお願いします。水筒も直接口をつけて飲むタイプが多く、水筒の中の飲み物にも唾液が付着します。帰宅後は飲み残しを処分するのが安全です。

【6月】健康診断の予定表

検査する日	検診内容	実施学年
6/3(火)	歯科健診	たんぼぼ 1・2年生
6/4(水)	歯科健診	3・4年生
6/5(木)	歯科健診	5・6年生

健康診断が続きます

健康診断へのご協力ありがとうございます。現在、校内で行う視力検査、聴力検査、学校医が行う耳鼻科検診、内科検診、眼科検診が終了しました。医師の受診が必要な児童へお知らせを配付いたしました。ご家庭で見えていただき、早めに受診していただきますようお願いいたします。お知らせが届いた場合でも「定期的に受診していて経過観察中」や「お知らせが届く少し前に受診したばかり」という場合もあるかと思います。その旨を保護者の方が書いていただき用紙を学校に出していただけると助かります。

今月行う歯科健診は結果のお知らせを全員に配付します。異常がない場合も、受診をした方がよい場合もどちらもお知らせが届きますので、内容をご確認ください。



「寝る前に歯みがきをしましょう」 どうして「寝る前」なの？

「寝る前の歯みがき」が大切だと言われたことがある人は多いと思います。では、なぜ「寝る前」なのでしょう。

理由は、むし歯が進行しやすいのが寝ている間だから。むし歯の原因となるむし歯菌は、口の中の食べカスや糖分（お菓子に入っている砂糖など）をエネルギーにしてむし歯を作ります。

昼間なら、だ液が食べカスや糖分を洗い流してむし歯菌が活動しにくいようにしてくれます。でも、寝ている間はだ液が減るため、寝る前に歯をみがいていないと食べカスや糖分が口の中に残ったままになり、むし歯が進行してしまうのです。

—— 毎日、寝る前の歯みがきを忘れないでくださいね

