

さいたま市立本太小学校 保健室
令和8年6月30日
No. 4

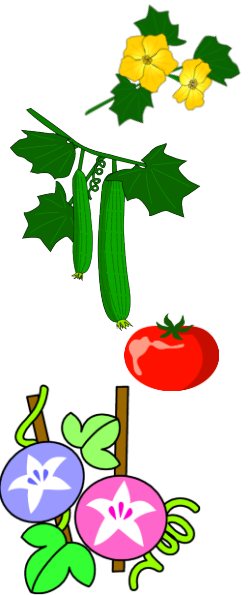
梅雨空の蒸し暑い日が続いていますが、お陰様で子どもたちは水分補給をしながら、業間休みも校庭や室内で健康、安全に過ごしています。間もなく、本格的な夏の暑さと湿度がピークを迎えます。世界では、北半球のヨーロッパ、北米、アジアの広範囲で記録的な熱波や干ばつ発生ニュースが報じられています。毎年、「過去最高」や「観測史上初」と更新される異常気象に、危機感を覚えます。子どもたちに持続可能な地球を残すため、今すぐ対策が必要だと思ってやみません。

南校舎窓下に、1年生が毎日せつせと水やりをして観察を続けていた朝顔の鉢が並び、今ではつるが支柱にからまって大きく育ち、そろそろ大輪の花を咲かせ始めています。2年生は夏野菜の収穫を楽しみに中庭に通り、3年生はハウセンカの観察を、4～6年生も理科の学習でヘチマやインゲン豆、ジャガイモなどを学年園で育てていて、登校後教室で荷物を整理してから、水やりなどの活動をしている様子が見られます。

5、6年生の水泳学習はスイミングスクールバスでの送迎も含め、順調に行われていました。

先月の歯と口の健康週間行事中、1階南校舎の廊下は1年生がのびのびと描いた歯みがきの絵が並び、見事なものでした。御家庭で取り組んでいただきました歯みがきカレンダーや歯みがきテストなども、子どもたちの歯を大切にすること生活習慣の励みになる温かい言葉が記され、保護者の方の御協力に感謝しています。

学期末となりました。体調を崩さぬよう、早めに就寝し疲れを翌日まで残さない生活などに努めてくださるようお願いいたします。



7月の保健目標

「夏を健康に過ごそう」



～こまめな、水分補給を～

朝から暑く、毎日の登校風景を見ても、子どもたちの荷物、重量をできるだけ減らしてあげたいと考えます。水筒と汗拭きタオルを持参する日々、別に大きな水筒や大きなタオルでなくてもいいです。水筒が空になっても、1階昇降口前廊下及び保健室に浄水器付き水道水が設置されていて、いつでも給水可能です。火照った顔、手足を水道水で洗って冷やしたり、教室の冷房が寒いからと長袖を着ている子も、その場に応じて着脱できたり、臨機応変に対応できる子を育てていきたいと思っています。

御家庭では、熱中症を予防するために、生活リズムを整え、いつもより睡眠を多めにとったり、朝食を十分摂ったり、健康確認をして登校させてくださるよう、お願いします。

★給食配膳時は全員マスク着用、必ず持たせてください。★

コロナ禍でマスク着用が定着し、現在も学校で常時マスクを着けている児童が一定数います。暑い環境下ではマスク内に熱がこもり、かえって健康を害してしまう恐れがあります。運動時には、外すように指導しています。

また、給食配膳の際には、全員マスク着用が原則になっていますので、給食袋に、ナフキン、はし・スプーンセット、歯ブラシ、コップ、マスクを必ず御用意くださるようお願いいたします。

マスクは、清潔な物であれば布マスクで構いません。手洗いの励行、給食前手指のアルコール消毒などは、感染症予防のためのルールとして現在も継続中です。

●●保健委員会日常活動●●

★学校環境衛生（トイレ・水道場点検）
毎日、水飲み場の水質検査をしています。



学校内の手洗いパトロール、
保健委員会にお任せください。



★学校安全(けがマップの作製): 毎日、どこでけがが起きているかシールを貼って注意をうながしています。



転んで、すりきずや打撲が多いね。校庭や体育館。登校中のけがもあるね。家でのけが? 虫刺され? それ、その他にまとめよう。

【保健委員会児童作成: 歯みがきカレンダー】

きれいに色がぬれてるね。毎日、3回みがいている人がとっても多い。がんばっているね。



おうちの人からの記載から、歯の健康に関心を持ってくださっている御家庭が大変多いことがわかり、感謝しています。



夏休みも歯みがきカレンダーに取り組みます。



●●6月の歯科保健指導から●●

★1年生「8020歯の健康教室」



第1大臼歯の生えてくる場所や特徴を知って、プラークを落とす歯みがき方法を身に付けよう。



★2年生「ピカピカ大作戦」



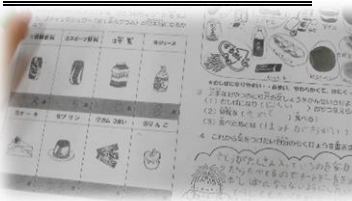
前歯・犬歯・奥歯の形に合わせ、みがき方の工夫をしよう。

糖分がたくさん入っている飲み物や、歯にべたべたくっつくおやつは注意! 歯の健康にいいおやつを選ぼう。夜の歯みがきは時間をかけて念入りに。



1口30回。よくかむと健康にいいこといっぱい!

3年生「おやつ大作戦」



★4年生「カミカミ大作戦」

*5年生は 歯科衛生士による指導を2学期に予定しています。

★6年生 全国小学生歯みがき大会

デンタルフロスも使って歯垢0を目指そう。噛む力測定ガムも試してね。

★本太小学校は、昨年度埼玉県及び全日本学校歯科保健優良校表彰を受け、保健委員会の児童も健康づくりのリーダーとして、ますます活躍しています。

