

## 食中毒にご注意ください

暑さが増し、梅雨の季節が近づいてきました。この時期、特に注意したい食中毒。予防のためには、原因となる菌を「つけない」「ふやさない」「やっつける」の3つを実行していくことが大切です。



【つけない】調理や食事の前にはしっかり手洗いをして、菌やウイルスを洗い流す。



【ふやさない】食品や食材を放置せず、残った料理は冷蔵庫や冷凍庫に入れる。



【やっつける】食材をしっかり加熱して中心まで火を通す。まな板などは熱湯消毒する。



食品を購入したり家にあるものを食べたりするときには、消費期限を確認する。

## 水泳指導が始まります

6月～11月にかけて、外部施設における水泳指導を行います。事前の健康調査を、各学年の実施期間の前に行いますので、ご協力をお願いします。

水泳学習は水の中での活動になりますので、普段の学習より体力を使います。朝の健康観察をご家庭でも行っていただき、体調が悪いときには無理せず、参加を見合わせるようにしてください。

● つめきり・<sup>みみ</sup>耳そうじ



● すいみんをしっかりとり



● たいちょうのチェック



## 歯の衛生月間が始まります

学校歯科医の戸谷先生が「とても口の中がきれいなお子さんが多いですね。」と、お話をされていました。ご家庭での歯科衛生へのご協力、ありがとうございます。

歯の衛生週間を通して、さらに歯の健康への知識を深め、歯みがきの習慣化につなげていきたいと思えます。

1 実施期間 6月3日(月)～6月28日(金)

☆感染症予防の観点から、給食後の歯みがきは行いません。

2 実施内容

(1) 保健教育：ヘルピータイム「歯の健康」の実施

1年生：むしばきん ミュータンス  
2年生：しょうずにみがこう！6さいきゅうし  
3年生：こちょこちょみがこう！ま・え・ば  
4年生：よくかんで食べよう  
5年生：こちょこちょみがこう！し・に・く！  
6年生：そうだ！歯医者に行こう！



(2) 歯垢染め出し検査(2, 3, 5年生対象)

6月22日(土)、23日(日)のどちらか1日

ヘルピータイムで歯のみがき方の学習をした2・3・5年生には、カラーテスター(歯垢顕示錠)と歯垢染め出し記録用紙を配付します。ご家庭で歯のみがき残し部分を観察・記録し、みがき残しのない歯みがきを目指しましょう。

カラーテスターは児童1人につき2錠お渡しします。保護者の皆様も、お子さんと一緒に、ぜひ実践してみてください。詳細は、6月21日(金)に配付するプリントをご覧ください。

## 引き続き、熱中症の予防対策をお願いします

熱中症は、梅雨の湿度が多い日にも起こります。汗が蒸発しづらく、体温がこもりやすいためです。引き続き、こまめな水分補給と共に、睡眠や食事といった生活習慣の見直しも行い、熱中症の予防を心がけましょう。



# 6月の健康診断の予定



## 歯の衛生月間

月	火	水	木	金	土	日
3 内科検診 (5の4、5の5)	4	5	6 歯科検診 (2年、6の1～3、特別支援学級)	7	8	9
10 内科検診 (特別支援学級、3の1)	11	12	13 内科検診(1年)	14	15	16
17 内科検診 (3の2、3の3)	18	19	20 歯科検診 (1年、6の4、6の5)	21 歯の染め出し検査 グッズ配付 (2・3・5年)	22 23 歯の衛生月間 歯の染め出し検査実施 (2, 3, 5年)	
24 内科検診 (3の4、3の5)	25 耳鼻咽喉科検診 (1・4年)	26	27 内科検診(2年)	28	29	30

