

7月の保健目標 夏を元気にすごそう

あつさに負けず、元気に過ごすための9カ条 「なつバテにちゅうい」

- ㊦ などもこまめに水分補給
- ㊧ めたいたべものやのみものに
かたよらず
- ㊨ ランスよくなんでも食べよう
- ㊩ レビやゲーム、スマホは時間を決めて
- ㊪ っちゅう（日中）は外で元気に遊ぼう
- ㊫ しょうよく（朝食）は毎日必ず
食べよう
- ㊬ ぶねにゆっくりつかって
疲れをとろう
- ㊭ わぎ1枚を持ち歩き、エアコンの
ききすぎに備えよう
- ㊮ つも早起きで今日も元気！

ほけんしつから、おうちのかたへ

梅雨時の蒸し暑さの中、子供たちは汗をかきながら、がんばって授業を受けています！蒸し暑いと体はいつもより疲れやすくなります。また、水泳授業の後に体調不良を訴える子どもも多いようです。疲れを取るためには、やはり毎日の睡眠が大切です。夜は早めに寝て、朝スッキリ目を覚ませるように睡眠時間を十分とるようご配慮をよろしくお願いします！また、汗をかいても気持ちよく過ごせるために、汗ふきタオルを持たせてください。

なお、来週、「定期健康診断」、「新体力テスト」の記録を配付しますのでご確認ください。

4月から6月にかけておこなわれた定期健康診断の結果、眼科（視力をのぞく）・耳鼻科・内科検診で治療が必要だと診断された人は、プール開き前に、ほとんどの人が病院で受診し、報告書を提出しました。しかし、歯科と視力については、下記のとおり治療や受診をしていない人がいます。7月2日現在の治療率（受診率）は歯科53%、視力は76%です。乳歯のむし歯も永久歯に影響します。視力低下は、近視の進行を防ぐためにも早期受診が重要です。2回目のお知らせを出しますので、ぜひ、時間のとれる夏休み中に必ず受診し、治療をすすめてください。

夏休みは治療のチャンス



学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
＜歯科＞ 治療が おわっていない 人の数（割合）	5人 (25%)	10人 (56%)	8人 (33%)	9人 (60%)	19人 (51%)	9人 (60%)
＜視力＞ 受診して いない人の数（割合）	1人 (8%)	3人 (20%)	1人 (4%)	10人 (27%)	8人 (29%)	16人 (36%)



令和8年度 ふじみっ子歯っぴー標語 児童・職員投票結果



★最優秀賞★（1名）

やってみよう 歯ブラシ・フロスの ニ力流	5-2
----------------------	-----

★優秀賞★（3名）

先は長い 8020 がんばるぞ！！	4-1
あさひるばん 歯みがきすれば いいえがお	4-2
はいチーズ 笑顔でパシャリ かがやく歯	5-3

★校長賞★（7名）

守ろうよ 自分の方で 自分のは	6-2
歯がぬけた あたらしい歯の たんじょうび	1-1
ピカピカキラキラきれいなは 気ぶんもすっきり さわやかだ	2-3
まもるんだ ぼくの大事な 歯 トナー	3-1
歯みがきで 自分のえがおを プロデュース	4-3
歯みがきで むし歯にグッバイ 歯ツピーライフ	5-3
みがくたび 心も口も 笑顔咲く	6-3

★優良賞★（18名）

ごはんのあとは 歯みがきで むし歯ゼロ	6-2
むしばきん ピカピカパワーで やっつけろ	1-1
きれいな歯 ゴシゴシシュツシュ いいえがお	1-2
はみがきで ばいきんばいばい スマイルティース	1-3
白い歯が ぼくの一番 おしパーツ	2-1
わたしの「は」 ママからもらった たからもの	2-2
歯のチカラ つよい体と あかるいえがお	2-3
じょうぶなは おいしく食べる ひっすアイテム	3-1
歯みがきで むし歯とさよなら いい歯だね	3-2
はをみがこう きれいなはで ピカピカスマイル	3-3
うれしいな 自ぜんにぬけた ちいさい歯	4-1
シャカシャカと 音をかなでる 歯ブラシ隊	4-2
みがかれて 歯もうれしそう 歯っ歯っ歯っ	4-3
歯をみがき すてきな笑顔 つくろうよ	5-1
むし歯なし 食べる幸せ いただきます	5-2
私の歯 守りぬくから 未来は歯っぴー	6-1
日々みがく その努力がつなぐ 歯っぴーライフ	6-2
よくかんで おいしいごはんを いつまでも	6-3

★クラス賞★（9名）

むしばきん ねているあいだ せめてくる	1－2
よくかんで つよくすてきな はをつくろう	1－3
はみがきで まもるよぼくの みらいのは	2－1
気をつけよう お口の ^{おぐち} におい はみがきサイン	2－2
ぼくのはを きんから ^{まご} 守ろう 歯 ^は をみがこう	3－2
はみがきは こころもはも きれいに ^は する	3－3
むし ^は 歯ゼロ えがおかがやく たからもの	5－1
にっこりと みんな ^{みんな} 見せ合う きれいな ^は 歯	6－1
歯 ^は みがきは 学びと ^{まな} 一緒 積み ^{つみ} 重ね	6－2