



札幌市立平岡小学校
保 健 室
2025. 6. 4.
NO.3

運動会が終わり、1 学期も折り返しできました。季節は春から夏に変わろうとしています。

気温が急に高くなるこの時期、からだはまだ暑さに慣れていないため、真夏よりもむしろこの時期の方が熱中症になりやすいと言われています。熱中症を防ぐ対策の一つは、暑さに慣れることです。暑い日に汗をしっかりとって、からだ暑さに対応できるように慣らしていくのがこの時期です。



歯磨き指導…出前授業・大会参加のお知らせ

＜1 年生…出前授業＞

歯科衛生士さんが、「歯の健康」について楽しく教えてくださいます。ブラッシングの仕方も丁寧に教えてくださいます。ご家庭でも、どんな内容だったか聞いてください。

＜5 年生…全国歯磨き大会参加＞

「大会」といっても競うわけではありません。配信されている YouTube を見て、主に歯肉炎について学び、歯肉炎・歯周病を防ぐための正しい歯磨きをおぼえます。

歯と口の健康に関するリーフレット

札幌市保健所が作成した、小学校 1 年生を対象とした「はのおじさま6ちゃん」と、札幌市教育委員会が作成した 3 年生を対象とした「は！ハ！歯！ではっぴ〜」を配付しました。おうちの方も一緒に読んで歯の健康について考えてください。

