ほけんだより9月

☆お子さまと一緒にお読みください☆　令和５年９月号　柿岡小保健室

夏休み中、みなさん元気に過ごすことができましたか？どのような夏休みを過ごしたか今度聞かせてください。

また、歯みがきカレンダーのご協力ありがとうございました。下記に載せている健康に関するアンケート調査の結果から、毎日の歯みがきが習慣化できていない児童もみられます。歯と口の健康のために、毎日ていねいに歯みがきする習慣をつけましょう。

9月の身体測定予定

４日（月）	６年生	朝自習時 保健室	・体操服半袖・半ズボン ・髪型に注意する （耳より下で結ぶ） ・健康手帳を持参する
５日（火）	５年生		
６日（水）	３年生		
７日（木）	４年生		
８日（金）	２年生		
１１日（月）	１年生		

結果の配付について

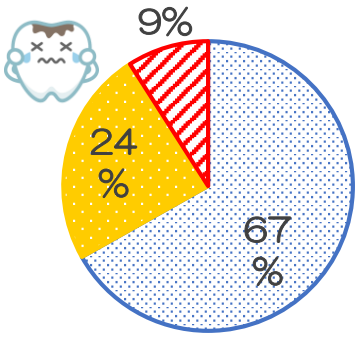
身体測定後（９月・１月）、結果用紙を一人一人配付する予定です。また、健康手帳にも記入します。

７月にご協力いただいた保護者向け健康に関するアンケート調査の中に、結果の配付は必要ないというご意見がありました。**結果の配付をご遠慮したい場合は、お手数ですが、学校までご連絡お願いいたします。**

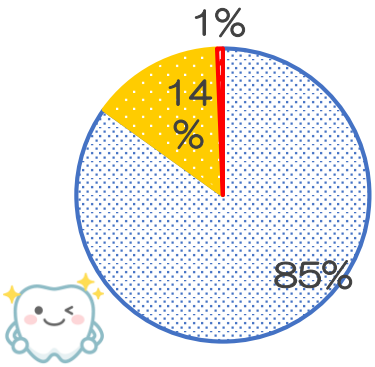
健康に関するアンケート調査の結果

1　はみがきをしていますか？

（あさ）



（ねるまえ）



毎日する　たまに忘れる　いつもしない

朝起きたときの口の中は、寝ている間に増えた細菌でいっぱいです。朝も歯みがきをする習慣をつけましょう。

寝ている間は唾液の量が減るため一番虫歯になりやすいです。寝る前の歯みがきは必ず行いましょう。

2　保健室では、お話や相談がしやすいですか？

ほとんどの児童がお話しやすいと回答していて、とってもうれしいです。

★お話しにくい理由

「先生が忙しそうで話しにくい」「ほかに人がいて話しにくい」

→聞いてほしいお話がある場合は、約束の時間を決めてお話することもできますので、遠慮せずに教えてください。

「行く時間がない」→校内オンライン相談窓口を利用してみてください。

「うるさい人がいるから」→みんなで静かな保健室をつくりましょう。

校内 オンライン相談

こまっていませんか？「ちょっとしたことを気軽に話せる、相談できる」窓口です。