



令和8年 6月 30日
豊島区立池袋第三小学校
校長 塩田 英俊

いよいよ1学期も残すところわずかとなりました。新学期が始まった頃は少し緊張していた児童の顔も、今ではクラスに馴染み、友達のけがや病気を心配する声や元気づける声が目立ちます。身体だけではなく、心も健やかに成長している姿は、とても頼もしく、思いやりにあふれています。そんな児童の皆さんが元気に夏休みを迎えることができるように、引き続き、心と身体のサポートをしていきます。

今月の保健行事

月日	曜	内容項目	対象学年	注意事項
7月6日	月	色覚検査	4年生希望者	めがねを所持している児童は忘れずに持ってきてください。

定期健康診断の記録・発育の様子。

良い歯のバッジを配布します

定期健康診断が終了しました。今年度も本校の健康診断にご協力いただきありがとうございました。7月上旬に、「定期健康診断の記録」と「発育の様子」が裏表で印刷された用紙とよい歯のバッジを、ピンクの封筒に入れてお渡しいたします。

★「定期健康診断の記録」と「発育の様子」が印刷された用紙は、返却の必要がありません。お子様の発育と健康の様子を確認し、ご家庭で保管してください。

★良い歯のバッジは、今年度は青色の服を着た男の子になります。(写真は参考例です。)封筒の下の方に入っているのので、下までしっかりと確認してください。

※歯科健康診断結果のお知らせで、「2 歯科医の相談や治療を受けるようにおすすめします。」の欄に○があった児童には、歯科医院での治療が完了し学校に受診報告が出された後に、お渡しします。(今回、封筒には入っておりません。)

★ピンクの封筒は中身を出しましたら、保護者提出日の欄に左詰めで提出日をご記入いただき、速やかに担任までお返しくください。



～夏休みは身体を診てもらおう絶好のチャンス～

歯科をはじめ、複数回受診が必要な治療は、夏休み中も含めて計画的に進めるのがおすすめです。受診を忘れて放っておくと症状が悪化してしまうこともあるため、健康診断の結果から受診が必要になった場合は、早めにお医者さんに診てもらいましょう。

令和8年度 学校保健委員会を開催します

日時：9月17日(木) 14:00～15:10
場所：本校 家庭科室

今年度は、歯科校医の林健博先生から「災害時の歯と口の健康」についてお話をさせていただきます。近年、ゲリラ豪雨や地震等の災害が以前よりも身近に感じるようになり、各ご家庭でも気になる話題ではないでしょうか？

後日、参加申込書を配布いたします。参加される方は、担任まで提出をお願いいたします。講演への質問等がありましたら、参加申込書にぜひご記入ください。

たくさんの皆様の参加をお待ちしております！

夏休みの取組 について

7月18日(土)から、夏休みが始まります。長い休みでは、生活リズムが乱れやすくなります。健康な体づくりのためには、規則正しい生活が大切です。2学期に向けて生活習慣を整えられるように、「夏休み 健康チェックカード」を行います。最後の1週間、健康チェックと寝た時刻・起きた時刻を記入する取組です。また、夏休み中にけがや病気にかかったら、チェックカードに記入してお知らせください。

取組期間：
8/24(月)～8/31(月)
提出日：9/1(火)

食中毒予防のための3原則

歯をつけない

調理の前や食事の前に、石けんを使って手を洗います。

歯を増やさない

料理は早めに食べ、残りは冷蔵庫や冷とう庫に入れます。

歯をやっつける

多くの細菌は熱に弱いため、食材は十分に火を通します。

なつやす す かた 夏休みの過ごし方



- **な** おしておこう！ けんこうしんだん健康診断で見つけたき気になるところ。
- **つ** めたい食べ物や飲み物は、とりすぎないようにね。
- **や** りすぎ注意！ ちゆういゲームやスマホは利用時間を決めてまも守ろう。
- **す** いぶんをこまめにとろう。あせ汗をかいたら塩分もね。
- **み** ださないで、生活リズム。やす休み中も規則正しくす過ごそう！

体調に気を付けて、
また2学期に元気に
会いましょう！

