

ほけんだより 9月

令和8年9月
豊田市立若園小学校
保健室

たの 楽しい夏休みを過ごすことができましたか。9月も、まだまだ暑い日が続きます。自分の体を守るのは、自分！です。朝ごはんを食べる、早めに寝る、体の調子が悪いときは早めに大人に知らせるなど、できることがたくさんありますね。夏休み明けも、元気いっぱい過ごしましょう。

☆ 9月 身体測定のお知らせ ☆

☆ 日程 (③ : 3 時間目、④ : 4 時間目)

9/2 (水) ③ 1-1,1-2 ④ 3-1,3-2
9/3 (木) ③ 1-3,1-4 ④ 3-3,3-4
9/7 (月) ③ 2-1,2-2 ④ 5-1,5-2
9/8 (火) ③ 2-3,2-4 ④ 6-1,6-2
9/9 (水) ③ 4-1,4-2 ④ 6-3,6-4
9/10 (木) ③ 4-3,4-4 ④ 5-3,5-4
9/11 (金) ③ フレンド

- ・身長と体重を測ります。
- ・体操服を忘れないようにしましょう。
- ・4～6年生は、視力検査も行います。
ハンカチをもってきましょう。眼鏡を持っている人は、忘れずに持ってきてくださいね。
- ・髪を結ぶときは、器具に当たらないよう、低めの位置で結びましょう。



..... おうちの方へ



9月17日(木) からフッ化物洗口をおこないます

フッ化物洗口は、永久歯のむし歯予防を目的に低濃度のフッ化物(フッ化ナトリウム)の水溶液でブクブクうがいをすることによって歯の表面に直接フッ化物を作用させる方法です。5～10m lの洗口液を口に含んで30秒から1分間うがいをします。

★ 9・10月の実施予定日 : 9/17 (木)・10/1 (木)・15 (木)・22 (木)・29 (木)

★ 持ち物 : コップ (プラスチック製の取っ手付きのものが使いやすいです。ご準備をお願いいたします。)