

すこやか

*おうちの人といっしょに、読みましょう。



令和3年6月4日

6月になりました！日に日に暑さが厳しくなってきましたね。梅雨の時期にも入り、気温

と湿度が高くなると熱中症の危険性が高まります！マスクをつけながらの生活は、例年の

この時期よりもさらに気をつけなければいけません！こまめな水分補給、規則正しい生活を

心がけて、熱中症を予防しましょう！

保健目標

歯をたいせつにしよう

安全目標

梅雨どきを安全に過ごそう

歯科検診を行いました！

5月13日と5月20日に歯科検診を行いました。皆さんの歯はむし歯のない

健康な歯でしたか？6月4日に歯科検診の結果を配布します。むし歯がある、

要注意乳歯があるなど、「検査・治療を受けてください」「歯科医に相談してくださ

い」に〇がついていた皆さんは早めに歯医者さんを受診しましょう！

歯・口のクイズ

Q1. 歯の表面と鉄は、
どちらがかたい？



Q2. むし歯はすすんでも
歯みがきでなおせる？



Q3. 私たちの歯は一生で
何回はえかわる？



回 1...80

い ね せ り せ せ ...20

回 ...10 《そごご》

プール学習が始まります！

6月はプール学習が始まります。プール学習を楽しく安全に行うためには、
どんなことに気をつけたらよいでしょうか？

プール学習が始まる前に…

自や耳、ひふに異常があるときは
病院でみてもらいましょう



手と足のつめ切り
耳そうじをしましょう



水着やタオルなど、
使うものをチェックしましょう



体調をととのえましょう
(すいみん・食事をしっかりとる)



朝の健康観察を
必ず行いましょう



◆◆◆保護者の皆様へ◆◆◆

プール学習がある日は、朝の健康観察を確実に行っていただきたいと思ひます。(発熱、頭痛、腹痛、だるさ等はないか)。体調面で心配なことがある場合は、担任まで連絡をお願いします。

また、プール学習は全身を使った運動であるため、大変疲れます。プール学習があった日はいつも以上に休養をとり、体調管理にご配慮くださいますようお願いいたします。