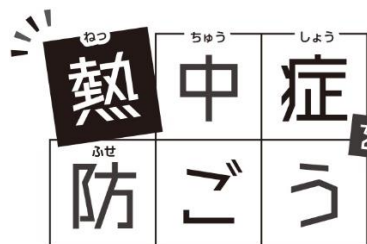


ほけんだより6月

令和7年6月2日
高向小 ほけんしつ
おうちの方と読もう

梅雨の季節になりました。この時期は、ムシムシ暑い日があつたり、肌寒い日があつたりと体調をくずしやすくなります。食事や睡眠をしっかりと、元気に過ごしましょう。

これからどんどん暑い日が多くなります。毎日大きめの水筒にたっぷりのお茶を入れて持ってきてくださいね。



5月の朝会で保健給食委員会のみなさんから話が あつたように、暑くてムシムシと湿度が高い時に起こりやすいのが熱中症です。熱中症になると、体が暑くなり、重症になると意識がなくなってしまいます。できる熱中症対策を必ずしましょう。



たっぷり寝る



のどが渇く前に水分補給



こまめに休憩



外へ行くときは、水筒とぼうし

ねっちゅうしやう 熱中症について「お約束」.

ねっちゅうしやう ぼ う ん どう し し ん <熱中症予防運動指針>

原則中止	運動中止⇒赤コーンを出します
厳重警戒	頻繁に水分補給をする⇒黄色コーンを出します
警戒	
注意	
ほぼ安全	

専用の温度計ではかっています!

外に出るときは、こまめに水分補給・休憩、ぼうしを忘れずに!

今年も教室に掲示します。黄色コーンが立っているときは、いつも以上に熱中症に注意が必要です。ぼうしをかぶって、こまめに休憩・水分補給をしましょう。赤コーンが立っているときは、外が危険な暑さです。外では遊べません。



あめ ひ あんぜん す やくぞく 雨の日を安全に過ごす3つの約束



① ろうかを走らない



雨の日の廊下はすべりやすいですよ!

② かさをふりまわさない



かさの先が人の目などに当たると危険です。

③ まわりをよく見る



雨やかさでまわりが見えにくくなります。



みがき残しの多い場所



歯と歯の間



歯と歯肉の間



奥歯のみぞ



歯の裏側

歯科検診の時に、学校歯科医の中田先生が、何人かみがき残しがあったとおっしゃっていました。ピカピカの歯をめざしましょう!!

保護者の方へ

① 早めの受診をお願いいたします

4月に耳鼻科健診、5月に内科健診、眼科健診、歯科検診を行いました。検診の結果、受診が必要なお子さまにはお知らせをお渡ししています。6月からは水泳指導も始まりますので、早めの受診をお願いいたします。

② 心臓検診に伴う水泳指導の参加について

心臓2次検診を6月3日(火)に行います。対象のお子さまには、「学校心臓2次検診のお知らせ」をお渡ししています。また、2次検診の結果によっては水泳指導の参加を控えていただく場合があります。