

ほけんだより 6月

令和5年6月1日
高向小 ほけんしつ
おうちの方と読もう

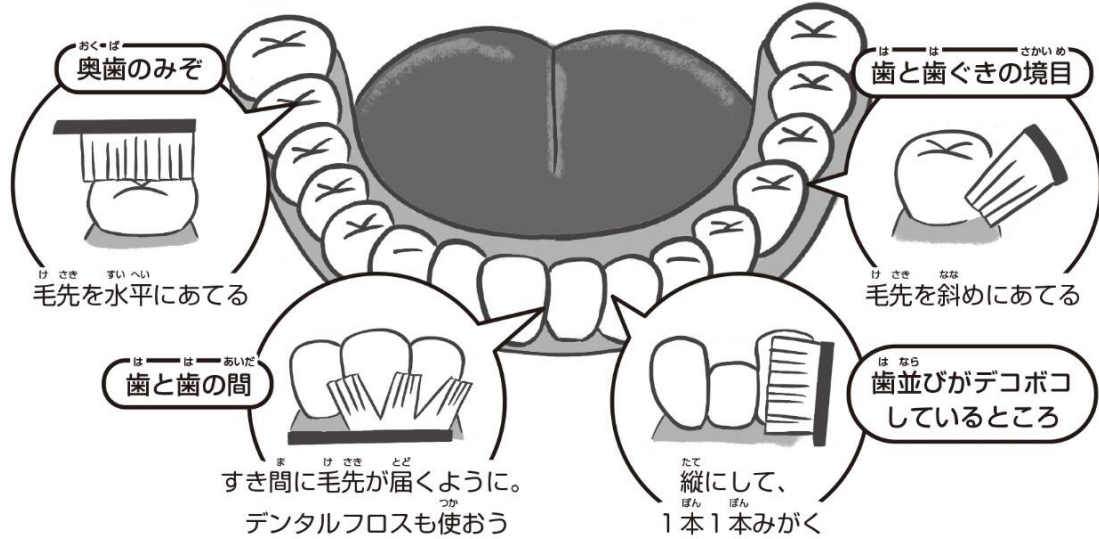


梅雨になりました。雨が降っている日は廊下がいつも以上にすべりやすくなっています。廊下を猛スピードで走っていると、転んだり、人とぶつかったりして自分も周りの人も大きなケガをする危険があります。廊下は走らずゆっくり歩きましょう。雨の日は教室で読書やランプを楽しんでくださいね。6月も元気よく安全に過ごしましょう!



6月4日~10日は歯と口の健康習慣といい、歯や口の中の健康を見直す1週間です。大切な歯を失うきっかけになる病気には、虫歯以外にも歯周病があります。歯周病は歯ぐきが腫れたり、歯を支えている骨がとけて歯がぬけたりする病気です。虫歯も歯周病もていねいな歯みがきで防ぐことができます!

みがき残しやすい場所とみがき方



6月の予定 9日(金)に歯科検診があります。きれいに歯をみがいてきてくださいね。

熱中症対策できていますか?

熱中症予防 日頃からのこころがけ



規則正しい生活で
体調管理



水分はこまめに、
回数を多めにとる



運動するときは
こまめに休憩を



体調の悪いときはむりに
運動しない

高向小学校の熱中症対策

6月から毎日暑さ指数(WBGT)を計測します。暑さ指数が28℃を超えると熱中症になる人が増えます。黄色コーンが立っているときは「**厳重警戒(暑さ指数28~31℃)**」の合図!いつも以上に熱中症に注意してください。赤コーンが立っているときは「**危険(31℃以上)**」の合図!外遊びはできません。

熱中症について「お約束」

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	 専用の温度計で はかっています!
	注意	
	ほぼ安全	

★コーンを出すところ★
運動場⇒朝礼台
体育館⇒扉の前

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!

保護者の方へ

① 早めの受診をお願いいたします

5月に内科検診、耳鼻科検診、眼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6日(火)に行います。対象は学校管理のお子さま、1次検診で詳しい検査が必要とされたお子さま、内科検診で心臓に聴診所見があったお子さまです。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。

家庭管理のお子さまはかかりつけ医の先生から水泳指導の参加についてご指導を受けていただきますようお願いいたします。