



6月の保健目標

歯を大切にしよう

1・2年生は保健室の先生といっしょに
歯のお勉強をしましたね。

上手にみがけているかな？



天気予報をチェックしよう！

雨が続く梅雨の時期には、天気予報に注目して、次のことに気を付けよう。

- ぬれてしまった時のことを考えて準備しておこう！
 - 長ぐつをはく 替えのくつ下をランドセルにいれておく
 - かさやレインコートを準備しておく
 - 体がぬれたときに拭けるタオルも準備しておくといいですね！
- カーディガンなどの薄めの上着を準備しておこう！
 - 雨が降り続くと気温が低くなることもあるので、上手に上着で調整しよう
 - 気温が低い日々が続くことを「梅雨寒」と呼びます。



梅雨時も健康で過ごすために

食中毒に注意



予防の基本は手洗い。食事の前には石けんをつけ泡立てて洗い、清潔なタオルでふく。

熱中症に注意



湿度の高い梅雨時は要注意。体育館で運動をするときには窓や扉は開け、無理はしない。

事故やケガに注意



傘で視界が悪くなりがち。歩きスマホは絶対にNG。足下が滑りやすくなっているのを気をつける。



すいえいがくしゅう つづ 水泳学習が続いています

健康チェック



準備は念入りに



水泳帽、ゴーグルの落とし物が届くことがあります。

名前をしっかりと書いていますか？
水泳学習の前日には、かならず確認してくださいね。

プール楽しむために

暑さに注意



バディを組もう



シャワーをしっかりとあびよう



チャレンジレポート(メディアコントロールチャレンジ)

ご協力、ありがとうございました!

6/11~13の三日間、メディアコントロールにチャレンジしてもらいました。毎年
の取り組みですが、学年が上がるにつれて、自分で考え、制限して取り組む
ことができている人が増えてきています。集計結果は後日、お知らせします!

毎日洗って

タオル

清潔に

ハンカチ



引き出しに入れたままの人は
いませんか？
その日使ったハンカチやタオルは
かならず持って帰ろうね。

保護者のみなさまへ

気温や湿度があがり、熱中症になりやすい時季になりました。

睡眠不足や朝ごはん・水分摂取状況により、体調をくずしやすくなります。

毎朝の健康観察をご家庭でもお願い致します。学校では水分摂取について、こまめにとれるよう担任からも声掛けさせていただいております。おうちの方からの声掛けもよろしくお願ひ致します。