



平成28年6月1日
庵浦小ほけんしつ

あいにくの雨でしたが、運動会も無事におわりましたね。もうすぐ梅雨にはいります。梅雨の時期は、くもりや雨のときと晴れのときの気温の変化が大きく体調をくずしやすくなります。また、晴れの日、まだ暑さになれていないため、熱中症に注意が必要です。体を動かして遊ぶときには、水分補給を忘れないようにしましょう。

6月のほけんもくひょう

- ・歯を大切にしよう。
- ・つゆどきの衛生にきをつけよう。



歯と口の健康について正しい知識をもって、むし歯や口の病気を予防しましょう。という週間です。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

むし歯の治りようはおわりましたか？

4月の歯科検診でむし歯があった人は治りように行きましたか？むし歯は自然にはなおりませんし、放っておくと治りように時間がかかります。

まだ行っていない人は早めに歯科検診の結果(ピンクの紙)を持って歯医者に行きましょう。



6月20日(月)は親子歯みがき教室

毎年行っている「親子歯みがき教室」を今年も行います。歯についた汚れのそめ出しを行い、歯のみがき残しを調べます。また、学校医の江頭先生と、歯科えいせいしさんに、上手な歯のみがきかたを教えてください。



楽しいプール

5つの約束



もうすぐプール学習がはじまります。泳ぎが得意な人も、そうでない人も、みんなが楽しくプール学習ができるように守ってほしい約束が5つあります。

①病気やけがをしている人は、
早めに治りようをしておく。
健康診断でお知らせをもらった人は、
プール学習の前に受診しておきましょう。

②早ね・早おき・朝ごはんを心がける。
プール学習は体力をつかいます。
具合がわるいときは無理をせずに先生に伝えましょう。

③先生の注意をよく聞いて、
友だちとふざけない。

プールサイドを走ったり、プールにとびこんだりすると、大きなけがにつながります。

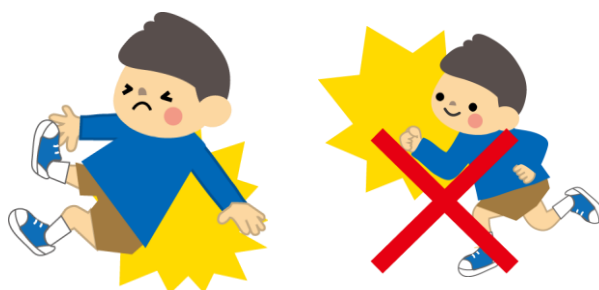
④体をせいけつにしておく。
プールはお風呂ではありません。
つめも短く切っておきましょう。
友だちをけがさせてしまうかもしれません。

⑤準備運動をしっかりとする。
けがをしないようにしましょう。

あめ き せ つ げん き あん ぜん 雨の季節も 元気で 安全に!!

けかに注意!!

あめ ひ
雨の日はぬれてとってもすべりやすくなっています。
ろうかや階段で転んでけがをしないようにしましょう。



こうつうしこ ちゅうい 交通事故に注意!!

あめ まわ み
雨やかさで周りが見えにくくなります。
とうげこうちゅう くるま ちゅうい
登下校中は車に注意しましょう。

からだ いつも体をせいけつに!!

あせ きせつ まいにち き も す
汗ばむ季節です。毎日お風呂に入って気持ちよく過ごしまし
よう。
あせ わす も
汗ふきタオルも忘れないように持ってきてきましょう。



かさはなが長いものです

あなただのかさが当たったり、足に
引っかけたりそうになったりして、ま
わりの人が危ない思いをしているか
もしれません。かさは
なが長いものだということ
を忘れないで!



雨の日は
かさに気を付けよう

かさはおおきいものです

きゅう ひら ちか ひと あ
急にかさを開くと、近くの人に当
たる危険があります。かさを開くと
きは、まわりをよく確かめましょう。



かさは、開くと広が
って、大きくなるも
のだということを忘
れないで!

けんこう せいかつ 健康&生活チェックカードを始めます。

こんげつ まいつき しゅうかん けんこう せいかつ
今月から、毎月1週間「健康&生活チェックカ
ード」を実施します。毎日自分の生活をふり返って、
〇か×をつけてください。ねる時間や、起きる時間、
テレビ・ゲームの時間などはおうちの人としっかり話
し合って決めましょう。
きそく ただ せいかつ ところ
きそく正しい生活を心がけるようにしましょう。



おうちの方へ



すべての健康診断が終了しました。ご協力ありがとうございました。検査の結果、「受診のおすすめ」の用紙を受け取られた方は、早めに病院で受診されることをおすすめします。(学校での定期検診はスクリーニングですので、検診結果と病院での診断は異なることがありますことをご了承ください。) 受診後は、「受診のお知らせ」を学校まで提出していただきますようお願いいたします。また、近日中に「のびゆくからだ」をお配りします。ご家庭でみられましたら、保護者印のところへ押印し、学校へご返却ください。