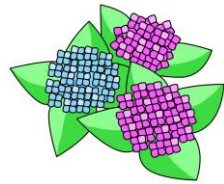


ほけんだより

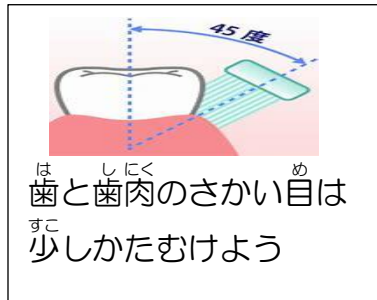
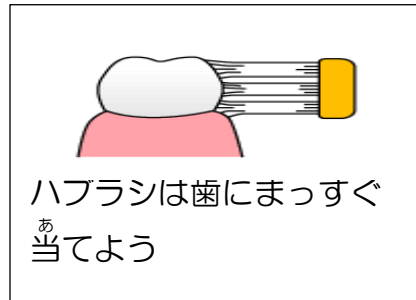
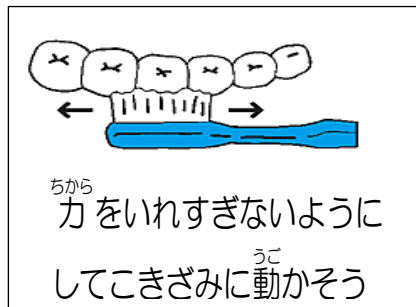
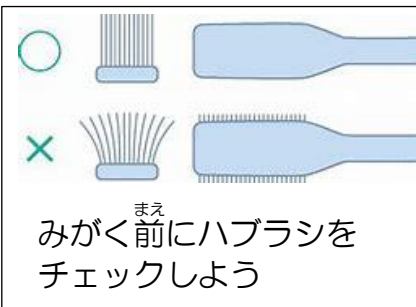


令和7年6月2日
佐倉市立印南小学校
保健室

は たいせつ
歯を大切にしよう
つ ゆ とき けんこう き
梅雨時の健康に気をつけよう

先月の運動会は、良く晴れていて、まさに運動会日和でした。しかし、6月は“梅雨”と言われていて、字にも入っているように、雨が降りやすく続きやすい月です。天気によって気温が大きく変わります。衣服の調節や体調管理に気をつけましょう。また、雨の日は床がすべりやすくなり、思いもよらないけがにつながる可能性があります。廊下や階段は走らず、落ち着いて生活しましょう。

歯の話 ~ハブラシをじょうずに使っていますか？



★6月の健康診断 4日(水) 3Dスコリオ検査(5年生・未実施者)
9日(月) 眼科健診(1年生・抽出児童)

項目	内容
健康診断	4日(水) 3Dスコリオ検査(5年生・未実施者)
眼科健診	9日(月) 眼科健診(1年生・抽出児童)

歯科健診はピンク色の用紙です！提出のご協力をお願いいたします。

治療・検査をお願いします

健康診断で治療や検査が必要とされた人には、「結果のお知らせ」の用紙で受診をお勧めしています。印南小では、早めに医師の診察を受けるようお願いしています。どれも、用紙の下半分が治療済みの報告書になっています。病院受診時に、結果や学校生活での注意事項などを報告書へ記入してもらい、学校へ提出をお願いします。



外へ出るときはかならずぼうしをかぶろう！



運動前、運動中、運動したあと、こまめに水分をとろう！



熱中症とは・・・体の中の水分が足りなくなると、汗が出なくなったり、体温が上手に調節できなくなったりすることです。のどがかわいて頭が痛くなったり、熱がでたりします。症状が重くなると危険な状態になります。熱中症は今の時期から注意が必要です。水分補給や熱中症対策をしっかりとしましょう！



困っていることや心配なことはありませんか？

保健室の前(ホワイトボードの近く)には「相談ポスト」があることを知っていますか？心配なことや困っていることがある時には、いつでも相談ポストや、保健室に相談をしにきてくださいね。

また、6月20日～7月11日は、担任の先生とお話をする教育相談月間もあります。皆さんの周りには、お家の人や友達、先生達がいます。困ったときは一人で悩まないで、誰かに相談してくださいね。

雨の日は自立っ服装を！



車が多い場所を歩いて学校にくる人もいます。車の運転手さんに気をつけてもらうためにも、雨の日は自立っ色の傘や服装をしましょう。

また、雨がやむと傘をふりまわす人がいますが、まわりの人にあたると大きなケガになりますので、ぜったいにやめましょう。