

じどうすうはいふ  
児童数配付

※おうちの人と一緒に読みましょう。



6月

れいわ ねん がつついたち  
令和5年6月1日  
さくらしりつち よだしょうがっこう  
佐倉市立千代田小学校  
ほけんしつ  
保健室

6月に入り、梅雨の季節ですね。この時期は気温の変化の厳しい時期です。汗をかいたらタオルで拭く、肌寒く感じるときには1枚上着を持って来るなどして工夫しましょう。また、こまめに水分補給をして、熱中症を予防しましょう。

### 〈6月の健康診断の予定〉

日にち	実施する検査	時間	対象学年
ついたち 1日 (木)	尿検査2次予備日	8:30までに 提出	お知らせが あった人
7日 (水)	尿検査2次予備日 (最終)	8:30までに 提出	お知らせが あった人
8日 (木)	脊柱側弯症検診	13:30~	5年
13日 (火)	耳鼻科検診	13:00~	1年・4年 お知らせが あった人
22日 (木)	内科検診	13:00~	全学年

### 保護者の皆様へ

暑い日が多くなってきました。水分補給をしないと、脱水症や熱中症などを引き起こし、大変危機ですので、**水筒を必ず持たせてください。**

雨の日の登校時は、靴下が濡れることもあります。履き替えの用の靴下を持たせてください。

日本スポーツ振興センター災害共済掛金(370円)を、6月の集金の中から支出させていただきます。学級の集金の内訳に入っています。ご協力をよろしくお願いいたします。

### 学校管理下でケガをしてしまったら

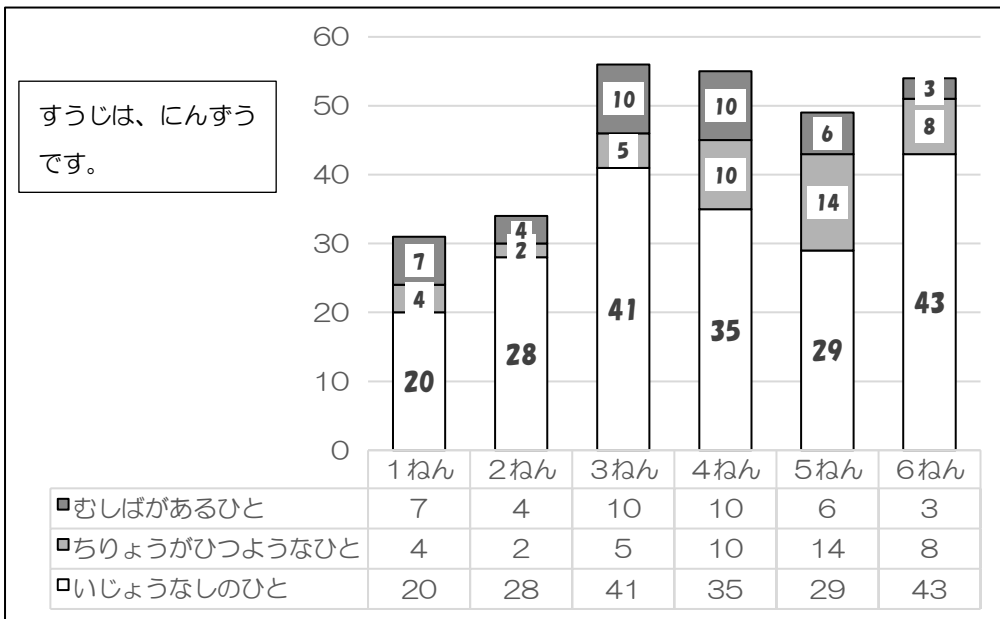
- ①病院を受診する際、「子ども受給券」は使用しないでください。  
※使用してしまった時は早めに精算してください。できない場合は「委任状」をご提出いただけます。
- ②窓口での支払合計が、消費税抜きで1500円以上(医療点数500点以上)の場合に日本スポーツ振興センターの適用になります。  
※複数月の総合計が1500円以上であれば適用になります。
- ③用紙は1か月に1枚、医療機関ごとに1枚です。
- ④時効は2年です。早めの提出をお願いいたします。
- ⑤申請後2~3か月で、災害給付金が支給されます。

# 6月の保健目標 「歯の健康に気をつけよう」



おうちでの歯みがきはしっかりできていますか？歯を健康に保つことはとても大切です。5月22日より、給食後の歯みがきを再開しました。ハブラシの保管（学校に置きっぱなしにしないなど）に気をつけてください。

歯科検診の結果より、よい歯の保持者として選ばれました。おめでとうございます。  
6年 さん 6年 さん



今年度の歯科健診が終わりました。歯と口の健康は全身の健康を守ることに繋がります。むし歯のある人は、なるべく早めに歯医者で治療してもらいましょう。治療後は歯科相談・治療済証を学校に提出してください。

## プールの授業が始まります！

6月下旬よりプールの授業が始まります。プール学習では、いつもの体育の授業よりも体力をつかいます。また、普段と違った環境で体を動かします。前日から当日にかけて自分の生活や体についてチェックをしましょう。安全で楽しいプール学習にするためにも、ルールを守ることがとても大切です。持ち物の準備と一緒に体の準備もおきましょう。



### 保護者の方へ

#### 皮膚の病気かな？ と思ったら

プール指導が始まります。皮膚の疾患には水で広がる感染症や、水や消毒剤で悪化するものがあります。ビート板やタオルの共用で広がることも。疑わしいときは皮膚科で、「参加可能かどうか」の相談をお願いします。

- 朝の健康観察を行う
- 朝ごはんをしっかりと食べたか
- 手足の爪は切っておく
- 耳そうじをしておく
- ぐっすり眠れたか
- お風呂で体をきれいに洗っておく
- 乾燥していない傷がないか

#### プールサイドを走らない

すべって転倒すると、ケガをしたり、頭を打つ危険が。

#### 飛び込まない

プールの底や壁面、人と衝突すると、大事故になります。

#### ふざげない

水中でふざげると、溺れる原因になり、非常に危険です。

#### 無理をしない

体調が悪いときは、先生に言って休みましょう。