

ほけんだより 6月

衣替えの季節になり、半そでや薄着の人が増えてきました。この時期は、雨が降ると肌寒くなることもあります。そんなときは、脱ぎ着できる上着があると便利です。体調を崩さないように、上手に衣服の調節をしましょう。

6月の行事予定

- 3日(水) 歯科検診(1~3年)
- 4日(木) 耳鼻科検診(1・4・抽出者)
- 5日(金) 脊柱側弯症検診(5年)
- 9日(火) 眼科検診(1年)

★内科検診・脊柱側弯症検診★
体操服を忘れずに持ってきてください。



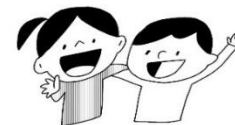
そろそろはじめましょう 熱中症予防

6月の梅雨明けは、気温が高くなり、暑さに慣れていない体がついていけず熱中症になりやすい時期です。暑さに負けない体づくりをはじめましょう！



令和8年6月1日
佐倉市立下志津小学校
保健室
☆おうちの方と読みましょう

~6月の保健目標~
は たいせつ
歯を大切にしよう



今月の保健室



6月4日から10日は「歯と口の健康習慣」です。
一生使う歯を大切にするために、毎日歯を磨きましょう！とくに寝る前の歯磨きはしていけないに行いましょう。また、食事の時はよく噛んで食べるようにすると、だ液が出て、虫歯予防や、脳の発達、消化を助けるなど、全身の健康にいい働きをしてくれます。



「水いぼ」のQ&A

暑い日が増え、もうすぐ子どもたちが楽しみにしているプール学習が始まります。安心して楽しく参加できるように、今回は「水いぼ」についてお知らせします。

水いぼとは？

半球状に隆起し、中心にくぼみをもつ米粒大のいぼが、主に体幹、四肢にできる皮膚疾患です。

うつりますか

主に感染者への接触により感染します。また、タオルの共用など間接接触による感染もあります。

プールに入ってもいいですか

基本的にプールは入っても構いませんが主治医の指示に従ってください。また、タオルや浮き輪、ビート板などを介してうつることがありますので、共用は避けプールの後はシャワーで肌をきれいに流しましょう。