

のびのび

長久手小学校
保健室
令和5年6月



まもなく梅雨入り??

6月といえば梅雨入りの季節です。梅雨の時期でも気をつけたいのは熱中症！梅雨の時期は湿度が高いため体に熱がこもりやすく、実は熱中症になりやすいです。今のうちからしっかりと対策ができるとういですね。



6月の保健目標
は 歯を大切にしよう！



6月4日から10日は歯の衛生週間です！

むし歯を防ぐ生活習慣



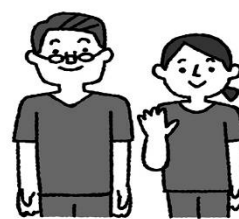
食後の歯みがきが基本



甘い物を食べすぎない



しっかりかんでゆっくり食べる



定期的に歯科検診を

熱中症に注意！



暑さに体がなれていない今の時期は、特に注意が必要です！

外に行くときは
ぼうしをかぶろう！



こまめに
水分をとろう！

放課になったら
お茶を飲もう！



規則正しい生活で
強い体をつくらう！



ぼうしをかぶると、頭の温度が
5度も下がるんだって！

マスクをしているとのどのかわ
きをあまり感じないから注意！

・ ・ * * おうちの方へ * * ・ ・

気温が高くなり、夏日のような日も増えてきました。本校では熱中症予防のため、水分補給をこまめにするよう呼びかけています。ときどき、下校前に水筒のお茶がなくなってしまったというお子さんがいます。下校までしっかり水分補給ができるよう、十分な量のお茶を持たせていただくとありがたいです。また、水筒を持ってきてもほとんど飲まないというお子さんもいます。ご家庭でもこまめに水分補給をするようにお声がけください。

よろしくをお願いします。



が つ けんこうしんだん にってい
 ≪ 6月の健康診断の日程 ≫

月	火	水	木	金
5	6 し けんしん 歯科検診 レイひま 1・3・5年	7 し けんしん 歯科検診 2・4・6年	8	9

まちがいさがし⑦

7つのまちがいをさがそう!



中央の男の子のポケット / 中央の男の子のかさの先端 / 左の女の子の長ぐつマーク / 左の雨つぶ / 中央上の子の女の子の取っ手 / 右奥の男の子の表情 / 右中央のあじさいの花びら