

# ほけんやより

## 6月

水泳学習がはじまります！ お家でも、お子さんの健康状態の確認をお願いいたします。

- 目の充血や目やにがみられるか?  
→結膜炎の場合は、病院に受診しましょう。(プール熱などの感染症の場合があります)
- 化膿しているけがはないか?  
→かさぶたができるまでは、プールに入れません。

## 梅雨はこんなところに注意！

**ケガや事故** 雨にぬれたろう下や階段は滑りやすいです。また、カサをさしているとまわりが見えにくいので注意。

**気温の差** 梅雨は、蒸し暑かったり、肌寒かったりと不安定な気候が続きます。汗をかいたら着替え、寒いときは上着を羽織って上手に体温調節を。

**食中毒** 食中毒の原因となる細菌は、室温(約20°C)で活発になり数が増えます。食べる前には必ず手洗いをして、食べ物を長時間室温で放置しないようにしましょう。

## ここに心がけましょう！

### ○こまめな水分補給で熱中症予防

のどがかわく前に外にでる前に水分をとりましょう。(朝ごはんも食べてくるようにしましょう。)

### ○タオルで汗をふく

汗をかいたらそのままにすると、「あせも」や「におい」の原因に…。タオルでしっかり体をふきましょう。



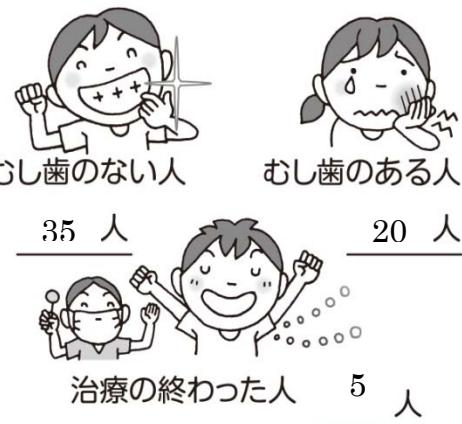
## 6月の保健目標

梅雨時の衛生

はみが  
歯磨きの習慣をつけよう

## 【今月の保健安全行事】

- |        |           |
|--------|-----------|
| 6日（水）  | 引き渡し訓練    |
| 相談員来校  |           |
| 26日（火） | 清潔検査      |
| 29日（金） | 学校保健安全委員会 |



むし歯がない人へ  
すごい！これからもむし歯ゼロをめざそう！

むし歯がある人へ  
早く治してもらえばだいじょうぶです！  
早いうちに治せば、ひどくはありません。

治療が終わった人へ  
またむし歯にならないように歯をみがこう！  
受診へのご協力ありがとうございます。

