

ほけんだより 6月号

令和5年5月26日
墨田区立隅田小学校
校長 浮津あゆみ
保健室

梅雨の季節になりました。この時期は、急に暑くなる日もあれば、雨でひんやり肌寒い日もあり体調を崩しやすくなります。体温調節のできる服装など、工夫をして梅雨をのりきりしましょう。
登校する前にハンカチやタオル・ティッシュ・水筒・上着など持ち物の確認を忘れずに！



6月の保健目標
歯を大切にしよう
梅雨時の健康に気をつけよう



よくかんで食べよう



かんであごをうごかすことで
脳にもさんそとえいようがおくられます



歯並びがととのい、はっきりとしゃべることができるようになります



かむことで「おなかいっぱい」と
かんじ、食べ過ぎをよぼうします



だえきは食べ物の消化をたすけ、歯
や口のごみをあらいながします

▽▲▽6月の保健行事▽▲▽

| 日付 | 曜日 | 健診項目 | 対象学年 | 備考 |
|-----|-----|--------|--------|------------|
| 2日 | (金) | 眼科検診② | 1・3・5年 | |
| 6日 | (火) | 日光事前検診 | 6年 | しおりを忘れない |
| 15日 | (木) | 歯科検診 | 全学年 | 朝の歯磨きを忘れない |
| 21日 | (水) | 耳鼻科検診 | 全学年 | |

はじ プールが始まります！

こども たの 安全に活動できるようにご家庭でも
子供たちが楽しみにしているプール。安全に活動できるようにご家庭でも
い か きょうりょく ねが
以下のことにご協力いただきますようお願いします。

① つめ みじか き 爪は短く切ろう

あし つめ わす ぎ
足の爪も忘れずに切りましょう



② お風呂に入って体からだをきれいにしよう

③ しっかりと睡眠すいみんをとる

ていがくねん じ こうがくねん じ
低学年は9時、高学年は10時までに
ね
寝るようにしましょう



④ あさ はん た 朝ご飯を食べる

⑤ すいとう じゅんび わす 水筒の準備を忘れない



健康診断、「受けたら終わり！」ではありません！！

がっ がっ けんこうしんだん おこな
4月・5月とたくさんの健康診断が行われました。
すべ けんしん けんさ じっぺい うたが み ひと
全ての検診・検査において、疾病の疑いが見つかった人には、
ちりょうかんこくつうち くば
治療勧告通知をお配りしています。

ちりょうかんこくつうち う と ひと がっこう けんしん
すでに治療勧告通知を受け取っている人や学校での健診を
やす ひと はや びょういん じゅしん
お休みした人は、なるべく早く病院で受診しましょう。

また、受診が済みましたら“受診報告書”を学校に提出してください。

