

ほけんだより 6月号

津田小学校 保健室

夏の日差しになってきました。蒸し暑い日もあれば肌寒く感じる日もあり、寒暖差のはげしい時期です。1日の中でも「朝はとて寒かったのに、昼はすごく暑い」「夕方からは雨がふってきた」というように天気が移りかわることも多いので、注意が必要です。服装や水分補給にも気をつけながら、6月も元気にのりこえましょう。

6月の保健行事

ひ 日にち	ないよう 内容	たいしょうがくねん 対象学年	ひ 日にち	ないよう 内容	たいしょうがくねん 対象学年
3日 (月)	しんてんずけんさ 心電図検査	1年生	11日 (火)	じび かけんしん 耳鼻科検診	5-2 5-3 かもめ2,5年・有症者
4日 (火)	にょうけんさ 尿検査(2回目)	1回目欠席者 再検査児童	13日 (木)	しかけんしん 歯科検診	全学年
4日 (火)	じび かけんしん 耳鼻科検診	2-3 5-1 4,6年有症者	🍀	🍀	🍀

すいえいがくしゅう はじ ❀水泳学習が始まります❀

☆ 水泳当日の朝も、登校前の健康観察をお願いします。

- 朝食は食べましたか。
- 前日、よく眠れましたか。
- 目やにや充血はありませんか。
- 皮膚に異常はありませんか。
- 足や手のツメは短く切っていますか。

体調が悪い時は無理をせず、担任の先生に伝えましょう。

あめ ひ ようちゅうい 雨の日は要注意

じ こ き あんぜん こうどう 事故に気をつけて、安全に行動しましょう！！

あめ ひ かさ ちゅうい どうげこう
雨の日は、傘のさしかたに注意して、登下校しましょう。

❀特に気をつけること❀

傘で前が見えにくくなります。きちんと周りを見て歩きましょう。

雨で地面が濡れて、滑りやすくなっています。慌てて走らないようにしましょう。

雨が降っていると、車の運転手から見えにくくなります。

おうだん ほど うた さゆう かくにん わた
横断歩道を渡るときは、右左を確認して渡りましょう。

あめ ひ じ こ おお いのち こうどう こころ
雨の日は事故が多くなります。命をまもるための行動を心がけましょう！

ジメジメした日も

ねっちゅうしょう き 熱中症に気をつけましょう！！

ねっちゅうしょう き おん たか たいよう て ひ お
熱中症は、気温が高く、太陽が照りつける日に起こるというイメージがあるかもしれせん。しかし、ジメジメとした湿度が高い日も熱中症の危険があります。湿度が高い日は、汗が蒸発しにくく、体に熱がこもるため熱中症になりやすくなります。6月は、暑い日が多くなる上に、梅雨でジメジメする時期です。気温だけでなく、湿度もチェックし、水分補給や休憩など基本的な熱中症対策をしてくださいね。

ねっちゅうしょう し すう ちゅうい いじょう とき ほけん いいんかい あさ きゅうしょく じかん
熱中症指数が注意以上の時は、保健委員会が朝と給食の時間に放送をしています。しっかり聞いてくださいね！