



梅雨の季節が始まりました。この時期は、湿度だけでなく気温も高くなり、体調を崩しやすくなります。さらに、梅雨の晴れ間は急に気温が上がることもあり、まだ体が暑さになれていないために、熱中症のリスクが高いといわれています。水筒と汗ふきタオルを忘れず持ってくるようにしましょう。



◇◆◇ 6月の健康診断 ◇◆◇

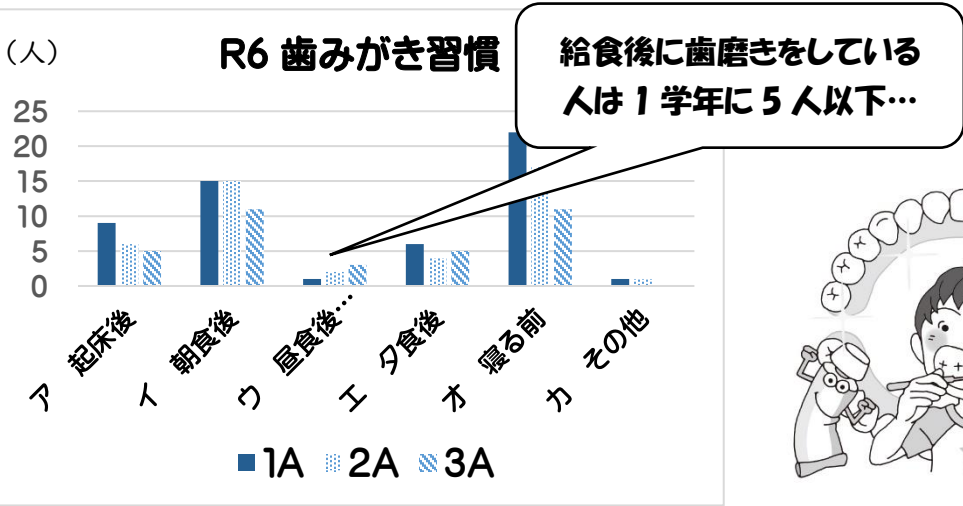
月 日	項 目	対 象
6月 3日 (火)	尿検査 (1回目)	全学年
6月 5日 (木)	歯科健診	全学年
6月12日 (木)	内科健診	全学年
6月19日 (木)	尿検査 (2回目)	再検査者・未検査者
6月27日 (金)	尿検査 (3回目)	再検査者・未検査者

結果については、順次お知らせをお渡ししています。詳しい検査や受診が必要な人は、早めに受診をして、検査・治療を受けましょう。
異常がなかった場合もお知らせください。

※内科健診では脊柱の状態もみるため、女子の下着はカップ付きインナーではなく、ブラジャーかスポーツブラのご用意をお願いいたします。



はみがき強化週間 6月9日(月)～実施します！



転倒事故が起こりやすい時期/雨の日はココに注意！

梅雨は雨で床や地面が濡れてすべりやすく、子どもが転倒する事故が増えます。外出時はこんなところにも注意してあげてください。

足元は濡れていませんか？

外だと、マンホールや側溝のふた、タイルなどは滑りやすくなり危険です。室内でも傘からの雫で特に入口付近は濡れていることがあります。

靴の底はすり減っていませんか？

滑り止めの溝がない状態だと、滑りやすくなります。足がしっかり固定されているかどうかにもチェックを。

自転車でヘルメットをつけていますか？

梅雨は自転車での転倒事故も増えます。近距離の移動でも、ヘルメットは忘れないでください。

昨年のライフスタイルアンケート結果から、みなさんはどう感じますか？食後に歯を磨いていない時は歯の汚れや口臭が気になりますよね。そこで、保健委員会から「給食後も歯磨き習慣を！」というテーマで6月9日(月)から、はみがき強化週間を実施します。食後に歯磨きができるよう、歯ブラシセットを持ってきてください。



同時に、自分の生活習慣を振り返り、課題を知り改善することを目的に、生活リズムチェックを毎朝実施します。睡眠や食事、メディア時間、歯磨きといった項目を確認しますので、生活習慣改善に向けて、お家の方にもサポートをお願いいたします。