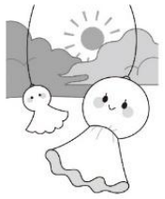
ほけんだより 6月

R7.6.10
九度山小
NO.3



6月になると梅雨入りをして、ジメジメとした日が続くようになります。この時期は、暑くなったり、急に寒くなったりと気温の変化が激しいです。毎日の天気にあわせて、脱ぎ着のしやすい洋服をえらび、梅雨をのりきりましょう。

また、梅雨の時期はばい菌が増えて胃腸炎や食中毒になりやすい季節です。トイレのあとや外遊びから帰ったあとの手洗いをしっかりするようにしましょう。

夏のお楽しみ、水泳がもうすぐはじまります。

水の中で元気に泳ぐためにも、早ね・早起きをして、朝ごはんをしっかりとってくださいね！

右に書いてある**確認しよう！**の４つのポイントを守って、今年も水泳の時間を楽しみましょう。また、体調が悪いときはおうちの方や先生に教えてくださいね。

確認しよう！

● つめきり・耳そうじ

● すいみんをしっかりとる

● たいちょうのチェック

● もちもののかくにん

暑さ対策をしよう！

最近は暑い日が増えてきました。外で元気に遊ぶ子たちの、楽しそうな姿をよく見かけます。たくさん汗をかいている子もいます。

体が暑さに慣れていないので熱中症になりやすい時期です。学校で過ごすときの服装や休憩時間の水分補給に気をつけて、元気にすごしてくださいね。

おうちの方へ

水泳時の健康について

水泳時の健康調査にご協力ありがとうございます。今後、健診で異常が見られて水泳ができない場合、新たに学校生活や水泳の授業時に注意が必要と診断された場合は速やかに学校までご連絡をよろしくお願いします。