

ほけんだより

梅雨入りを控え、雨予報の日が増えてきました。動くとき暑さを感じますが、じっとしていると肌寒さを感じる日々です。体温調節が難しい時期なので、薄手の上着を持ってきたり、下着を着たりして、上手に調節をして過ごしてください。



咳エチケット

コロナ禍の生活では、咳が出るときも、くしゃみが出るときも「マスク」を着けていたので、咳エチケットを意識する必要がなかったかもしれませんが、マスクを外す生活になり、改めて意識が必要だと感じます。

子供たちを見ていると、ハンカチも手も使わず、盛大にくしゃみや咳をしている様子を見かけます。市内ではインフルエンザによる学級閉鎖をしている学校もありますので、ご家庭でもお声かけをお願いします。



水泳が始まります

6/12はプール開き!水泳の授業が始まります。子供たちが楽しく安全に水泳の授業に参加するためにも、

「顔色は良好かな？」
「朝食は食べられたかな？」
「夜はよく眠れたかな？」
「熱はないかな？」



といった、いつもしていただいている健康観察をより念入りにしてください。

また、健康診断で水泳に影響のある疾患疑いで受診のお知らせをもらっている場合は、早めの受診をお願いします。

「歯」を見る習慣を

5/24と6/7に歯科健診がありました。健診では、「歯垢」を指摘される子がとても多くいましたが、「歯垢」は丁寧なブラッシングで除去することができます。

小学生になると、仕上げ磨きをする機会が減り、口の状況を確認しなくなる傾向があり、特に高学年になると、歯みがきをしている姿を見ることも少なくなっているかもしれません。ぜひ、今回の歯科健診をきっかけに、お子さんの口の中の状況を確認してみてください。大人になっても健全な歯をより多く残せるよう、ご協力をお願いします。

衣服が汚れてしまったとき

具合が悪かったり、給食を食べすぎてしまったりすると、嘔吐してしまうことがあります。また、トイレに間に合わず、下着を含め、衣服や上履きが汚れてしまうこともあります。

保健室では下着等を貸し出すことはできませんが、汚れた衣服は感染等を避けるため、洗うことができません。ご家庭で対処していただくようお願いいたします。また、下着の貸し出しを受けた際には、新しい下着の返却をお願いします。



じどう
児童のみなさんへ

らいしゅう すいえい じゆぎょう はじ あんぜん たの すいえい じかん す した およ
来週から水泳の授業が始まります。安全に楽しく水泳の時間を過ごすために、下で泳い
でいる動物たちの質問に〇と答えられるようにしましょう。

たいおん はか
体温は測ってきた
かな？

て あし つめ き
手や足の爪は切っ
てきたかな？



じゆんび うんどう せいり うんどう
準備運動・整理運動には
しんけん と く
真剣に取り組んだかな？

あさ
朝ごはんはしっかり食べ
てきたかな？



あ
シャワーをしっかりと浴びる
ことができたかな？

せんせい しじ
先生の指示はちゃんと
聞けているかな？



ほけんしつ おやくそく
保健室のお約束

ほけんしつ せんせい ふたり あたら げつ
保健室の先生が二人とも新しくなり2か月
が過ぎました。皆さん保健室のお約束は守れ
ていますか？

- ★保健室に来るときは、先生に伝えてくる。
- ★保健室に入るときは、学年・組・名前を言う。

この2つはしっかりと守れるようにしましょう！

で ようかくにん
トイレを出るときは要確認!!

あさ みまわ なが
朝、トイレを見回っていると、流して
いないトイレがあります。トイレを出ると
きは流せているか要確認!!です。次に
の人が気持ちよくトイレを使えるように
しましょう。

