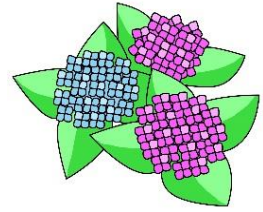


すくすく



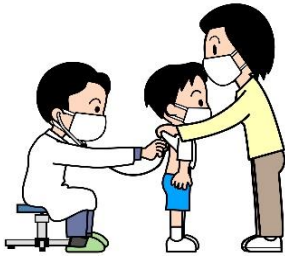
No. 3

れいわ ねん がつ 16 日 すい
令和3年6月16日(水)

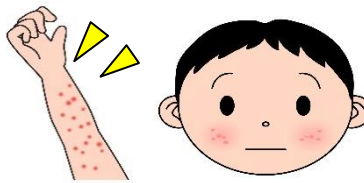
ないかけんしん 内科検診があります。

ないか けんしん なに しら
内科検診では、何を調べるのかな？

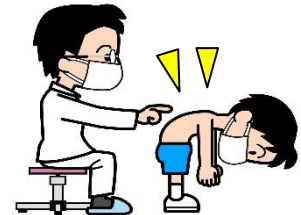
しんぞう こきゅう おと き
心臓や呼吸の音を聞く。



えいようじょうたい ひ ようす み
栄養状態や皮膚の様子を見る。



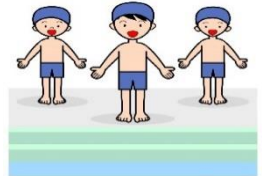
むね せなか ほね かたち み
胸や背中の骨の形を見る。



きんきゅうじたいせんげん きかんえんちよう
緊急事態宣言の期間延長のため、内科検診が6月24日(木)午前に変更となりました。当日は
たいそうふく き
体操服を着てきましょう。

すいえいがくしゅう はじ 水泳学習が始まります。

あんぜん たの すいえいがくしゅう
安全で楽しい水泳学習にするために



まえ ひ 前の日

- つめを短く切ろう。
- 早めにふとんに入り、よく眠ろう。



どうじつ あさ 当日の朝

- 朝ごはんをしっかり食べよう。
- おうちで体温計測と健康観察をしよう。

はい まえ プールに入る前に

- 体調がよくないと感じたら、先生に言う。無理して入らない。
- 人と近づきすぎない。おしゃべりをしない。
- シャワーで頭、体をよくあらい。
- 準備体操をしっかり行う。
- 帽子やゴーグル、タオルは自分のものを使う。貸し借りしない。



- 朝の健康観察の結果と、水泳学習への参加の有無を、「健康観察の記録」カードに記入して、忘れずに持ってきましょう。体調がすぐれないときは、無理をせず登校をひかえるようにしましょう。
- 健康診断で眼科や耳鼻科の受診のお知らせをもらった人は、病院に行き、用紙を提出してから水泳学習に参加するようにしましょう。
- じゅくじゅくした傷のある人、絆創膏を貼るけがをしている人は、プールに入れません。

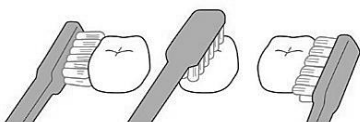
6月の保健目標 **歯を大切にしよう。**

今週からフッ素洗口も始まりました。一生使う大切な歯。あなたは、上手にみがけているかな？

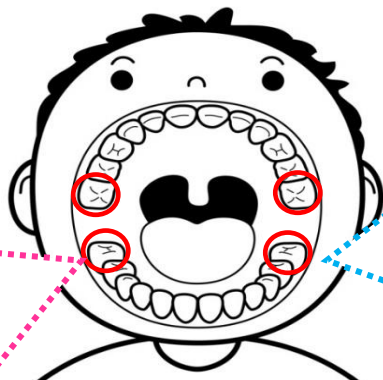
めざせ！歯みがき名人！～歯みがきの仕方をチェックしよう～

前から数えて6番目の大人の歯

“歯の王様”6才臼歯をていねいにみがこう！

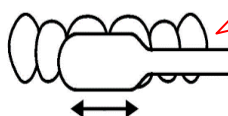


かみ合わせ、外側のかべ、内側のかべに、毛先をあてて、その1本をみがくつもりでみがこう。



「細かみがき」をしよう。

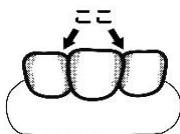
歯ブラシを小刻みに動かして、一本一本みがこう。



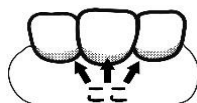
こちよ
こちよ
こちよ

汚れがたまりやすい場所はこちら！気をつけてみがこう。

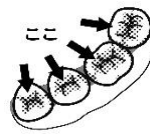
① 歯と歯の間



② 歯と歯肉のさかい目



③ かみ合わせ



雨が降ると世界が変わる

雨の季節になりました。

普段歩きなれた通学路でも、雨が降ると…

☔ 視界が悪くなり、周りが見えにくくなる

☔ 音が聞こえにくくなる

などの影響で、事故が起きやすくなります。

通りなれた道でも違う世界になってしまう

ので注意が必要です。

注意すること

⇒ 自立つ色の傘や服を選ぶ
車を運転している人から見てわかりやすい

⇒ 自転車の傘さしは禁止
片手運転になったり風にあおられたりする

⇒ 足元に注意



マンホールのフタなどは濡れるとすべりやすい



雨がやんだら
たたんだ傘の持ち方にも注意を

保護者の皆様へ

気温が高い日が続いています。生活リズムを整え、体に疲れをためないようにしましょう。

また、毎日水筒を持ってきて、こまめに水分補給をしたり、マスクを適宜外して熱を逃がしたりすることを心がけて、熱中症を予防しましょう。今後も、保護者の皆様の御協力をどうぞよろしくお願いたします。