

ほけんだより 6月

令和4年6月1日
城北小学校保健室
No.3

梅雨どきの熱中症予防について

6月に入り、そろそろ梅雨入りの時季となりました。くもりや雨が多くなり、肌寒い日もありますが、ときおり雨が止み、太陽が顔をのぞかせると一気に気温が上がります。加えて、湿度が高いこと、体がまだ暑さに慣れていないことも考えられます。睡眠や食事など、毎日の生活習慣・生活リズムに気をつけて過ごしましょう。

学校でもこまめな水分補給を行っています。水筒の用意を引き続きよろしくお願ひします。暑くなりそうな日や、体育がある日は、多めに用意すると安心です。



歯みがきテストを行います

配布：6月 3日

提出：6月13日

ご家庭で歯みがきテストを実施していただきます。

いつものみがき方で、きれいに歯垢をおとせているか、ご確認をお願いします。

みがき残しやすい場所とみがき方のポイント



6月の保健行事

- 3日(金) 歯みがき大会 5年
- 8日(水) 歯科健診 にじ・2・4・6年
- 16日(木) 歯科健診 1・3・5年
- 27日(月) 色覚検査 4年
- 28日(火) 色覚検査 1年
- 29日(水) 色覚検査 1年
- 30日(木) 色覚検査 にじ(1・4年)・他学年
色覚検査は希望者のみ実施します

欠席する際の連絡について

学校を欠席する際には、体調不良とせず、“発熱(体温)・頭痛・腹痛・せき・はなみず・のどの痛み・吐き気・おう吐・下痢・だるい・筋肉痛・関節痛”など、主な症状をお知らせください。

また、登校後に体調不良で授業の継続が出来ない場合は、お迎えをお願いしています。**緊急連絡先の変更があった場合は、担任にお知らせください。**