

ほけんだより 6月

令和5年6月1日
 やはたしょうがっこう
 八幡小学校
 ほけんしつ
 保健室

6月は梅雨といって、雨の多いときです。蒸し暑いと思っ
 ていたら、急に雨がふって寒くなることもあり、体調を
 ぐずしやすい時期です。また雨の日の登校は、服やくつ下が
 めれることがあります。着替えなどを持ってくるのもよい
 かもしれません。

自分で健康管理をしながら、楽しい学校生活をおくれる
 ようにしましょう。



6月保健行事

6月 1日 (木)	内科健診 2. 4. 6年	尿検査 2次 (対象者)
-----------	---------------	--------------

熱中症に注意 熱中症にならないために、気をつけたいことをお知らせします。

<こんな症状に注意>

めまい	づつう	あしがつる	はく

* 気分が悪くなったら、早めに担任の先生に言って保健室へ来てください。

<処置>



しゃべったりができない
 場合は、救急車をよぶ。

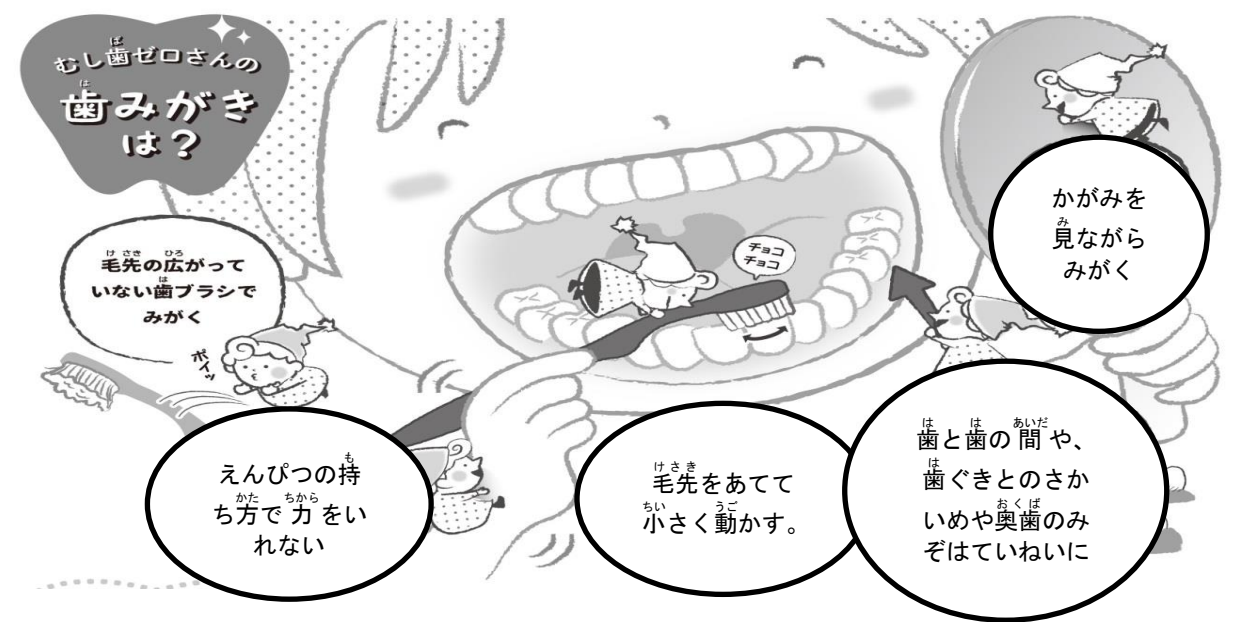
スポーツドリンクなど からだをひやす

6月4～10日は“歯と口の健康週間”

じょうずにみがくための、正しい歯ブラシの使い方



- ◇ 1～2本ずつみがこう。
- ◇ 毛先をきちんと当てて、小さく横に動かそう。
- ◇ 毛先が広がらないぐらいの力で動かそう。
- ◇ 歯ブラシが届きにくい所は、歯ブラシをたてにしてみよう。
- ◇ 歯ブラシの先やかかとも使おう。



雨の日はろうかがすべりやすい

これから雨の日が多い「梅雨」とよばれる季節です。雨が
 ふると、ろうかなどがぬれてすべりやすくなります。

ろうかなどですべて転ぶと、うしろに転んで頭を強く打
 ったり、すべて壁や窓ガラスにぶつかって「大けが」にな
 ることがあります。

雨の日は、いつもより気をつけて、ろうかを歩くようにし
 ましょう。

