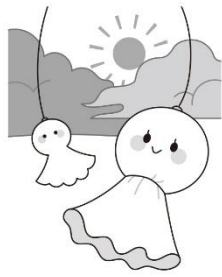


# ほげんだより6月

R5.6.13  
九度山小 NO.2



6月、去年よりも早く梅雨入りをして、ジメジメとした日が続いていますね。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、突然の雨にうたれることもあります。はき替え用のくつ下を持っていくと心強いですね。

この時期はばい菌も増えて胃腸炎や食中毒になりやすい季節です。トイレや外遊びから帰ったあとの手洗いをしっかりとるようにしましょう。

## じめじめした梅雨も健康ですぐすために



カラダや衣服を清潔に



熱中症に気をつけて



食中毒に注意



ケガや事故を防ごう

梅雨のじめじめとした日は汗をかきやすくなっています。汗をかいて放っておくと、肌荒れや体が冷えて体調をくずしやすくなるので、汗をふくためのタオルを持ってくるといいですね。

雨で外遊びができない日もありますが、晴れた日は思いっきり外で遊んでくださいね！



すいえい じゅぎょう  
**水泳の授業が**  
はじ  
**始まります**

- つめきり・耳そうじ OK
- もちもののかくにん OK

夏のお楽しみ、水泳指導がもうすぐはじまります。水の中で泳ぐのは気持ちがいいですが、元気に泳ぐためには、早ね・早起きをして、朝ごはんをしっかりととりましょうね。

● たいちょうのチェック

睡眠不足や朝食抜きで泳ぐと、力が出なかったり、ぼうっとしてしまったりと危険です。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。



がつ にち  
6月15日から、  
かぶつせんこう  
フッ化物洗口がスタートします



フッ化物洗口を実施して、6年目になります。1年生は初めての取り組みですね。フッ化物洗口をするにあたって、先に朝の歯磨きをすませておくことがむし歯予防には大切です。



フッ化物洗口を希望しない場合は、お水での洗口を行います。

☆フッ化物洗口のしかた

- ①先生に洗口液（10ml）を紙コップに入れてもらいます。（希望しない場合は、お水です）
- ②洗口液を口に含み、合図とともに1分間ブクブクうがいをします。
- ③1分後、口から紙コップに吐き出し、手洗い場に流します。
- ④紙コップを重ねて片付けます。

《終わり》



## 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、検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いたします。



## 感染対策のお願い

### ○ご家庭でのお願い

6月に入ってから新型コロナウイルス感染症による学年閉鎖が起っています。先日学校からのメールでも連絡させていただきましたが、お子さまの健康状態を観察していただき、かぜ症状があるときは受診をお願いいたします。過去にも咳だけ、頭痛だけしか症状が出なかったケースがあります。1つでも症状があるときは受診をおすすめします。

なお、同居家族の方が季節性インフルエンザや新型コロナウイルス感染症に罹患したことがわかっていても児童の登校は可能ですが、健康観察を十分に心がけてください。念のため欠席された場合は、欠席ではなく出席停止として扱わせていただきます。

### ○学校生活について

手洗い、換気などの指導をこれからも行っていきます。感染症の流行状況によってマスクの着用をお願いすることがあります。夏の暑さを考慮して着け外しをすることになりますが、ご了承ください。

