

おうちのひとといっしょによみまし

6月に入り、気温差があることや、湿度が高く、ムシムシしていて、体や心に疲れが出やすい時期です。朝は涼しくても、急に暑くなったり、雨の日は少し寒く感じたりします。

た。うせつ 調節しやすい服装で登校してほしいと思います。

連体前けから体調不良による欠席や早退が増えていまで発熱の有無に関わらず、家を出る前に「何かいつもと様子がちがうな…」と思ったら、無理をせずに早めの休養をお願いします。



おうちの方へ〜お願い〜

毎朝の健康観察等、いつもご協力ありがとうございます。これからどんどん暑くなることが予想されます。子どもたちが元気に楽しく学校生活を送ることができるよう、次のようなことにもご協力いただけるとありがたいです。

- ●十分な量の水分…午前中に「もう全部飲んじゃった!」という声をよく聞きます。十分な量の の 水分を持たせていただくようお願いします。
- ●汗ふきタオル…汗だくになって遊んでいます。ハンカチだけではなく、タオルもあるとしっか り拭くことができます。
- ●靴下等の着替え…給食をこぼす等、急に服が汚れ、体操服などをもっていない際は保健室よ



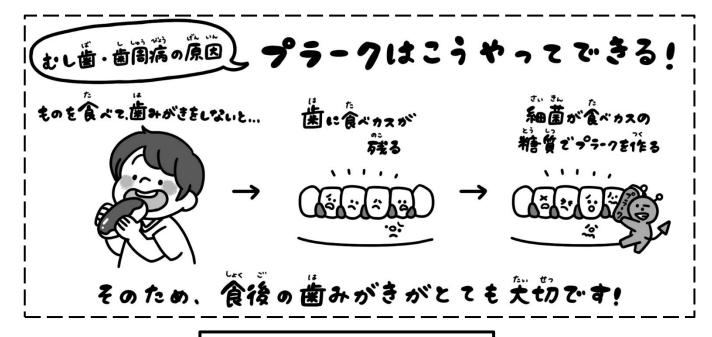
り服を貸し出ししています。雨等でぬれた時は対応できま せんので、ご家庭で靴下など着替えを持たせてください。

がつ か は くち けんこうしゅうかん 6月4日→10日 歯と口の健康週間 で

すべての学年の歯科検診が終わりました。酢年度に比べて、「歯垢 (プラーク)」がついていた人がとても多かったです。歯科校医の橋本先生からは、「マスクをつけていると口呼吸になってしまい、口の中の雑菌がふえてしまう。そのため、歯垢がついて歯肉炎になる人が多いので、丁寧に歯みがきをしてほしい。」とのお話がありました。歯ブラシの毛がつぶれないくらいの強さで細かく磨くときれいに歯垢が落とせ

歯医者さんで歯科検診を受けることもむし歯予防には効果的です。

るそうです。食後に丁寧に歯みがきをするだけでなく、定期的に



プールが始まります!

プール学習の前の準備はOK?

6月16日(金)からプール指導が始まります。楽しく安全に活動できるように、しっかり体調を整えてきてほしいです。また、爪が長いとけがをする、または、けがをさせる可能性があります。短く切ってからプールに入れると良いですね。