

# ほけんだより

6月号



令和7年 6月号  
大野北小学校 No.3  
おうちのひとと  
いっしょによみましょう

梅雨の季節になりました。この時期は気温の変化が大きく、体がその変化についていけず、体調を崩してしまうことがあります。6月は5年生は若あゆ、6年生は修学旅行があり、プールの学習も始まります。元気に参加するためにも日頃から規則正しい生活を送り、体調を整えておきましょう！

## 6月の健康診断

### 耳鼻科検診

6/5 (木) 1・4年生全員、2・3・5・6年生対象者

### 《耳鼻科検診でみていること》

- 耳の中がジュークジュークしていないか
- こまくはきれいか
- 耳あかはたまっているか



- 鼻水が多すぎないか
- ねばり気のある鼻水が出でていないか
- 鼻づまりはないか



- のどの奥がはれたり、赤くなったりしていないか



### 歯科検診

6/12 (木) のぞみ級・1・2・3年生

6/19 (木) 4・5・6年生

### 《歯科検診でみていること》

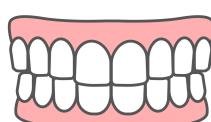
- むし歯になっている歯がないか



- 歯ぐきがはれたり、出血したりしていないか



- 歯ならび、かみ合わせの異常がないか



- 歯みがきが上手にできているか





もうすぐ水泳学習が始まります。  
プールは楽しい反面、危険ともとなりあわせです。  
ちょっとした油断が大きな事故やけがにつながります。  
先生の話をよく聞き、プールでの約束をしっかりと守って、安全に活動しましょう！

## プールでのやくそく

<p>プールサイドを走らない</p>	<p>とびこみは絶対にしない</p>	<p>準備運動をしっかりする</p>
<p>友達とタオルなどの貸し借りをしない</p>	<p>体調が悪くなったらすぐに先生に伝える</p>	<p>暑くなってきたので毎日水とうを持ってくるようにしましょう</p>

## 今日のプールはできるかな？チェックしてみよう

- 熱はありませんか？
- 体調は悪くありませんか？
- 爪は短く切ってありますか？
- ジュクジュクとした傷はありませんか？
- 目・鼻・のど・耳に異常はありませんか？
- 朝ごはんはしっかりと食べましたか？
- 前日の夜はぐっすり眠れましたか？

不安なことがあれば  
おうちの人か先生に  
伝えましょう