

# ほけんだより 6月号

令和7年 6月号  
大野北小学校 No.3  
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》

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



- 鼻水が多すぎないか
- ねばり気のある鼻水が出ていないか
- 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》

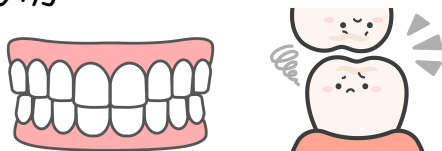
- むし歯になっている歯がないか



- 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 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？
- ☐ 爪は短く切っていますか？
- ☐ 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