



令和3年6月4日 玉島小保健室

はやばやと梅雨にはいりました！



例年は、6月にはいって梅雨入りします。が、今年、どうしたところか、5月15日頃に梅雨にはいってしまいましたね。5月に大雨の心配をしたのも珍しいことでした。ここ数日は、急に陽射しが強くなり、6月1日（火）は12時の暑さ指数が、警戒レベルになり、熱中症予防の校内放送を入れました。アジサイの花は、季節を問わずに花を咲かせはじめました。本格的な梅雨シーズン到来です！！

お天気が変わりやすく、暑さに慣れていないせいか体調不良をおこす人が多くなりました。お風呂にゆっくりつかり、睡眠をしっかりととりましょう。



プール学習がはじまります

6月21日（月）がプール開きです。玉島小では、コロナ感染予防対応をしながらプール学習を行います。以前は、2学年で行っていましたが、1、2年生はいっしょにプールをしますが、3年生からは各学年でプール学習をします。また、プールの更衣室は、密になり、じゅうぶんな換気ができないので、使用しません。教室と特別教室を男女に分けて着替えができるようにします。みなさんも、プール学習の準備をしてください。



病気のある人は、お医者さんに相談しておく



プールの前日やプールあった日は、いつもより早く寝る



つめをきっておく
耳そうじをしておく
鼻もかんでおく



タオルのかしかりをぜったいにしない

は くち けんこうしゅうかん 6月4日～10日は、歯と口の健康週間



歯科健診の結果を全員に配りました。虫歯はありませんでしたか？虫歯になりかけの歯はありませんでしたか？歯肉は健康でしたか？虫歯もなく歯肉も健康な人もたくさんいましたが、虫歯が数十本もあり、歯肉炎になりかけの人もいました。治療の必要な人は、必ず歯医者さん行きましょう！！虫歯が自然に治ることはありません。

マスク生活で、口を見せることがなくなり、ていねいな歯みがきがおろそかになっていませんか？「みがいている」と「みがけている」はちがいます。鏡をみながら1本1本ていねいにみがきましょう！！



お家の方も、子どもさんのお口の中を見てあげて、仕上げみがきをしてあげてください。

歯みがきのコツ

歯ブラシはえんぴつのにぎり方で持つ

小さく

歯ブラシはこきざみにうごかす

かるいちからでシャカシャカ

しずかにはきだす

コロナを予防するためのマナーです。飛沫感染をふせぎましょう！！



おうちの方へ ★健康観察チェック票に、プール学習の参加有無の記入をお願いします。★

朝の健康観察チェック票（黄色い紙）に、プールをしてもいいですか？の項目欄をいれています。6月21日からプール学習が始まりますので、毎日プールの参加有無の記入をお願いします。必ず保護者の判断でご記入をお願いします。

参加できない場合は、連絡帳に理由をお書きください。

記入がない場合は、プール学習に参加できないことがあります。コロナ禍です。体調面や安全面・感染予防に努めながら行いますので、ご協力をよろしくお願いします。

