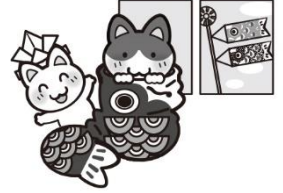


# ほけんだより

令和6年6月4日  
名古屋市立野跡小学校  
保健室

## 6月号

梅雨の季節がやってきました。暑いだけでなく、ジメジメした日が増えてきます。このような日は特に熱中症になりやすいです。水分をこまめに、少しずつ、何回もとることを意識しましょう。水筒を学校に必ず持ってきてください。また、汗をたくさんかきやすくなる時期でもあります。そのままにしておくと、べたべたしたり体が冷えたりしてしまいます。ハンカチやタオルで拭くようにしましょう。



### けんこうしんだん つづ 健康診断が続きます！

自分の学年の健康診断の日にと内容を、しっかりと確認しておきましょう。

月	火	水	木	金
	4 歯科健診 (1・4・6年 ひまたん)	5	6	7 歯科健診 (2・3・5年)
10 聴力検査 (2年)	11 耳鼻咽喉科健診 (2・4年・ひまたん) 【他学年該当者】	12 聴力検査 (1年・ひまたん)	13 聴力検査 (3・5年)	14

歯科健診の日は

いつもよりていねいに  
歯をみがきましょう。



鏡を見ながら  
みがきましょう！



耳鼻咽喉科健診の前の日は  
耳そうじをしてきましょう。

# すいえいがくしゅう はじ 水泳学習が始まります

○ あんぜん たの安全に楽しくプールに入るための約束 はい やくそく ○

てあし つめ きり  
手足の爪を切る！

あさごはんを  
しっかり食べる！

じぜん  
事前にトイレを  
済ませておく！

まえの日に早く寝る！

じゅんびうどう  
準備運動を  
しっかりする！

## は 歯をきれいにみがこう！

○ のこみがき残しに気を付けよう ○

おくば  
奥歯

は は あいだ  
歯と歯の間

は しにく  
歯と歯肉の  
さかいめ  
境目

おく  
奥にある  
は  
生えかけの歯

のこみがき残しがないように、じゅんばん順番を決めて  
みがきましょう！！

