



各学年ごとに体育発表会や校外での活動などがあり、疲れがたまってきている様子が見られます。休養の時間をとり体調を整えましょう。また、寒暖差が大きい日もあるので、衣服の調節を行い、熱中症にも気を付けましょう。

❀6月の保健行事❀

日時	学部・学年	行事
6月 4日(水) 9:30~	小456	歯科検診
6月 5日(木) 9:30~	対象者	尿検査 最終日
6月 6日(金) 9:30~	小2	聴力検査
6月11日(水) 9:30~	小123	歯科検診
6月13日(金) 9:30~	小1	聴力検査
6月19日(木) 9:30~	対象者	療育相談
6月23日(月) 9:30~	中学部	体重測定
6月25日(水) 9:30~	小456	
6月26日(木) 9:30~	中3	宿泊前内科検診
6月27日(金) 9:30~	小123	体重測定



❀校外学習や遠足時の薬の持ち出しについて❀

今年度より、日帰りの校外学習や遠足時は「災害時薬・緊急時薬」を家庭から回収せず、学校預かりのものを持参します。

そのため、服薬内容の変更(服薬の種類が増えた、量の変更)があった場合は、学校置きの災害時薬の入れ替えをお願いいたします。

※調整している段階の方は、薬の内容が確定してからで構いません。また入れ替えの際は、部分的な入れ替え(1種類の薬のみ、追加で入れる等)は基本行っておりません。新たに3日分全て御準備いただき、御提出をお願いします。御提出後に、お預かりしている薬を返却いたします。

❀6月の療育相談について❀

6月19日(木)9:30~12:00です。

御希望の方は、6月12日(木)までに希望の時間帯を連絡帳または右の2次元バーコードから読み取りお知らせください。

※時間は1枠 30分です。

※希望者が多数の場合は、新規の方・学校が判断した緊急度の高い方を優先させていただきます。

※7月は7月10日(木)の実施となります。



がつ ほけんもくひょう は くち けんこう まも
6月の保健目標：歯と口の健康を守ろう



むし歯・歯周病の原因 プラークはこうやってできる!



そのため、食後の歯みがきがとても大切です!

6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」です。毎日の歯みがきで、磨き残しが残らないか、半年に1回程度、むし歯がなくとも、歯科医院にて定期検診を受けることをおすすめします。

歯ブラシのさまざまな部分でみがこう



歯科検診の結果も配布しますので、確認をお願いします。



本格的な夏がくる前に、暑熱順化のすすめ

毎日少しずつ1～2週間つづけると、からだ暑さに慣れてきます。



ウォーキングや軽いランニングなどの運動をして汗をかく。



お風呂はシャワーで済ませず汗をかくまで湯船につかる。



汗をかいたら十分な水分と適度な塩分を補給する。