



6月です。雨の多い「梅雨」に入り、気温も湿度も高め
で、じめじめとむし暑さを感じるが増えてきますね。
晴れていなくても、湿度が高かったり、風通しが良くな
ったりすると、熱中症になる危険があります。その一方
で、「梅雨寒」と言って、雨やくもりの日には急に気温が
下がることもあります。その日の天気や体調に合わせて、
半そでの上からうすい長そでのシャツを着るなど、調節
できるように工夫をしましょう。

6月の保健目標
は たいせつ
歯を大切にしよう

6月4日～7日は「白い歯ピッカリ週間」です！

保健委員のみなさんが、クラスへ行って歯みがきのポイントをお話したり、ク
ラスで動画を見て勉強したりします。

みなさんは、毎日、朝と夜の歯みがきをていねいにできていますか？
歯をみがかないでいると、歯の表面に『歯こう』という、白いバイキンのかた
まりがベッタリと付きます。この『歯こう』は、むし歯や歯ぐきの病気の原因にな
るものです。みがき残しがないように、すみずみまでみがきましょうね！

歯をみがいたあと、歯がツラツは...



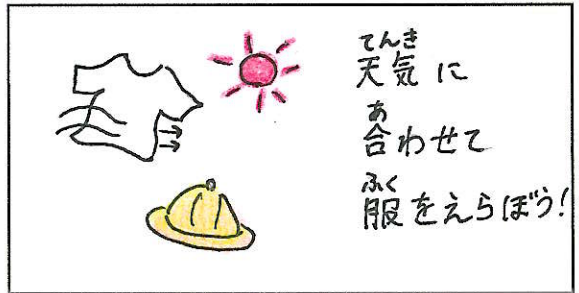
あつ 暑さに負けない！
ねっちゅうしょう よほう 熱中症を予防しよう

暑さになれていないこの時期、熱中症にかかる危険性が高くなります。特に、
雨が降った次の日、晴れて日差しが強く風のない日などは、要注意です。水とう
を持ってこることも忘れずに！

こまめに水分をとる!!



服そうをチェック☑



体調を整える



無理をしない!!



保護者の方へ ~ご家庭での歯みがきについて~

令和3年度より継続しております、「歯ッピーサンデーカード」を今年度も実施し
ます。1回目は23日（日）です。時期が近づきましたら、カードと合わせてお知ら
せを配布いたします。ご家庭で、意識的に丁寧な歯みがきを行うことができるよう、
引き続きお声かけをお願いいたします。

また、歯科検診結果を間もなく配布予定です。受診を要する結果が出た場合は、お
早めに歯科医院にかかられますよう、お願いいたします。

★裏面に健康診断カレンダーを掲載しました。お子さんと一緒にご確認ください。

がっ 6月 けんこうしんだんカレンダー

にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どようび 土曜日
						1 がっこうこうかいび 学校公開日
2	3 だいきゅう 代休	4	5	6	7	8
9	10 やがいきょういくかつどう 野外教育活動 (5年生)	11 やがいきょういくかつどう 野外教育活動 (5年生)	12	13 たいそうふく 体操服を も 持ってきてね!	14 ないかけんしん 内科検診 (2・4年・たんぽぽ)	15
16	17	18	19 ないかけんしん 内科検診 (1・3年)	20	21 ないかけんしん 内科検診 (5・6年)	22
23 は 歯ッピーセンター カードの日	24 いえ 家でしっかり は 歯みがきする日! またお知らせします。	25	26	27	28	29