

ほけんだより 6月

がつ ほけんもくひょう
6月の保健目標

は たいせつ
歯を大切にしよう!

2024.6.3 萩原小学校

だんだん気温が高くなり、暑くなってきました。こまめに水分補給をして熱中症の予防をしましょう。また、湿度が高くなると廊下が滑りやすくなります。ゆっくり歩いて、けがをしないように気をつけましょう。



よくかむといいことあるよ

- ・ だ液の洗浄効果でむし歯の予防
- ・ 早食い防止で健康的にダイエット!
- ・ あごを動かす刺激で脳も活性化



☆水泳の授業で気をつけること☆

- ・ 耳や目の病気になる人は、治しておきましょう。
- ・ 手と足のつめは、切っておきましょう。
- ・ 当日の体調が悪い場合は、見学しましょう。



◆◆◆ 保護者の方へお知らせ ◆◆◆

水泳が始まると頭ジラミが発生しやすくなります。ご家庭でもシーツなどをこまめに洗ったり、お子さんの頭髪をチェックしたりしてください。



←成虫
2~4ミリ
頭の血を吸って生きています。メスは1日に約5個の卵を産みます。成虫の寿命は1~1ヶ月半です。



←卵
7~10日でふ化し3~5回脱皮して、成虫になります。

薬局で相談すると、薬を買うことができ、すぐに駆除できます。

