

ほけんだより



練馬区立石神井西小学校
校長 高野 博文
養護教諭 中出 亮子



梅雨の季節になりました。外で遊べない日は趣味を楽しんでみましょう。例えば雨の休日は家族で読書をしてみてはどうでしょうか。この季節は、気温の変化が激しいときです。汗をかいたらタオルでふく、肌寒かったら上着を着るなどして調節し、カゼをひかないように注意しましょう。

6月の保健目標 健康で安全な生活を心がけよう

雨の日の注意点

傘の出番が増える時期です。使い方について、お家でも話し合ってみてください。



傘の持ち方に注意



傘を振り回さない



足元に注意する



周りをよく見て歩く



横に並ばない



傘さし運転をしない

健康診断が続いています

受診のおすすめに、水泳の可否について校医先生から記入してもらう欄がついているものもあります。よく確認していただき、必要があれば早めの受診をおすすめします。



6月4日～10日は歯と口の健康週間

歯科検診では校医先生から「もっと丁寧に歯みがきをして」とお話をもらう場面がたくさんありました。お子さんの歯みがきはいかがですか。ぜひ様子をみてください。



6月の保健行事



2日(火)眼科検診	全学年	保健室で8:45から
17日(水)歯科検診予備日	前回未検診の児童	保健室で8:45から