ほけんだより 6月

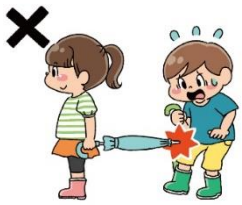
令和7年6月2日
羽生市立手子林小学校
ほけんだより6月号

気温もだんだんと高くなり、暑さを感じるようになっていきましたね。6月は梅雨の時期で、雨の日が多くなります。雨が降ると気持ちもさがりがちです。そんなときは、室内でできる遊びや好きなことで気分転かんしてみましょう。心も体もリフレッシュして、雨の日も楽しく過ごしましょう。

雨の日の注意点

これから雨の日が多くなり、かさの出番が増えてくると思います。かさの使い方や、雨の日の登下校のしかたに注意しましょう。

かさの使い方



まわりにかさを向けない

かさをふりまわさない

日がさの使い方も同じです

ジメジメした日も熱中症にご用心

熱中症は気温が高く、太陽が照りつける日に起こるというイメージがあるかもしれません。しかし、ジメジメとした湿度が高い日も熱中症の危険が高まります。

私たちの体は暑いと汗をかきます。この汗が皮膚から蒸発する時に体の熱を一緒に逃がして体温を下げ、熱中症を予防します。

しかし、湿度が高い日は汗が蒸発しにくく、体に熱がこもるため熱中症になりやすいです。

6月は暑い日が多くなる上に、梅雨でジメジメする時期。スポーツや屋外活動をする時は、気温だけでなく湿度もチェックし、水分補給や休憩など基本の熱中症対策を徹底してくださいね。

裏面もあります

プールの授業が始まります

6月10日はプール開きですね。いよいよプール学習が始まります。安全に、楽しく学習ができるように、みんなでルールを守って活動しましょう。

☑プールに入る前にチェックしておこう！

☑耳そうじをしておこう

☑つめを切っておこう

☑前の日はしっかりすいみんをとろう

6月の予定

4日　全国小学生歯みがき大会（5年生）

4日～10日
歯と口の健康週間

13日
第1回学校保健委員会
親子歯みがき教室（1年生）

保健室からのお知らせ

第1回学校保健委員会（親子歯みがき教室）を開催します

日時　令和7年6月13日（金）
　1年1組　午前　9時15分～午前10時00分
　1年2組　午前10時15分～午前11時00分

場所　家庭科室

講師　歯科衛生士

染め出しを行いますので、汚れてもよい服装でご参加ください。