

# 6月のほけんだより

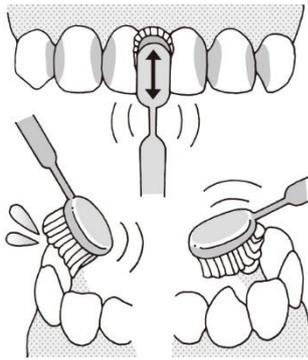
東近江市立能登川北小学校 令和4年6月3日

あじさいの英語名は「ハイドランジア」、水の器という意味です。たっぷりの水を蓄えていることが由来だそうです。でも、大きな葉っぱがたくさんあるので、乾いてしまうと元気がなくなります。だから、雨の時期にうれしそうに咲くのですね。雨がずっと気持ち下がを向いてしまいがちですが、植物にとっては大切な雨です。元気に乗り切りましょう。

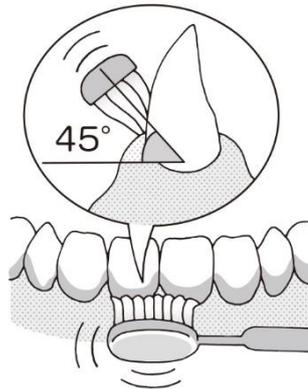


歯みがきで歯を守ろう!

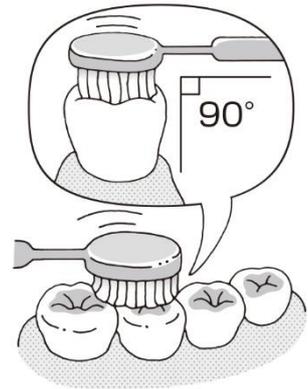
こんなことに気を付けて歯みがきをしましょう



はとはの<sup>あいだ</sup>間



は<sup>は</sup>歯と歯ぐきのさかいめ



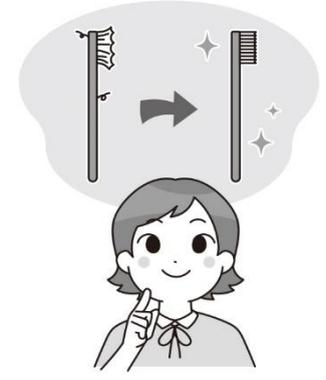
は<sup>ば</sup>おく歯のみぞ



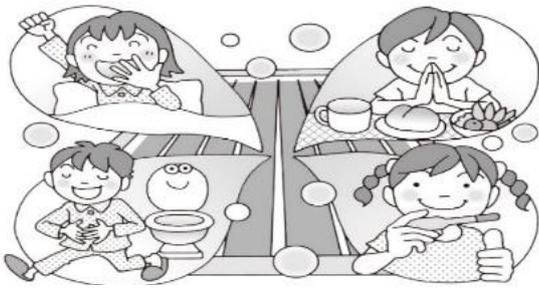
は<sup>は</sup>歯ブラシはこきざみに  
うごかす



は<sup>いと</sup>フロス・糸ようじなどのケア



け<sup>け</sup>さき<sup>ひろ</sup>毛先が広がったら  
こう<sup>かん</sup>交換する



すいゑい  
プール水泳がはじまります  
たいちよう ばんぜん  
体調は万全ですか？



き  
つめを切ろう



みみ  
耳そじをしよう



め いじよう かくにん  
目に異常はないか確認しよう

か き おむ ちやくよう ねつちゆうしょうよぼうたいさくじ ちやくよう  
夏季に向けたマスク着用について (熱中症予防対策時のマスク着用について)

たいいく じゆぎよう やす じかん うんどう おこな ばあい げんそく ちやくよう ひつよう  
• 体育の授業や休み時間に運動を行う場合は原則マスクを着用する必要はありません。

とうげこうじ おお こえ かいわ げんそく ちやくよう ひつよう  
• 登下校時は大きな声での会話をしないことで原則マスクの着用は必要ありません。

あつ など いきぐる かん とき じぶん はんたん はず  
• 暑さ等で息苦しいと感じた時などには自分で判断してマスクを外しましょう。

ちやくだつ うち ひと そうだん  
\* マスクの着脱については、お家の人とも相談をしておきましょう。

熱中症に気をつけて



ねつちゆうしょう  
熱中症にならないために



① すいみん じゆうぶん  
睡眠を十分にとる



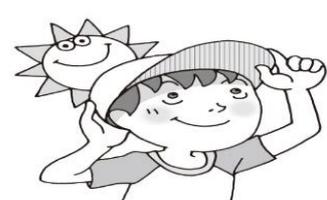
② しょく た  
3食バランスよく食べる



③ すいぶんほきゆう  
こまめに水分補給をする



④ すず きゆう  
涼しいところでときどき休けいをする



⑤ ぼうしをかぶる