

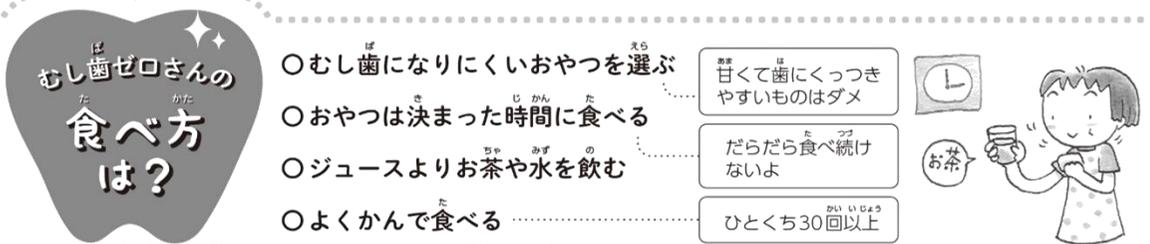
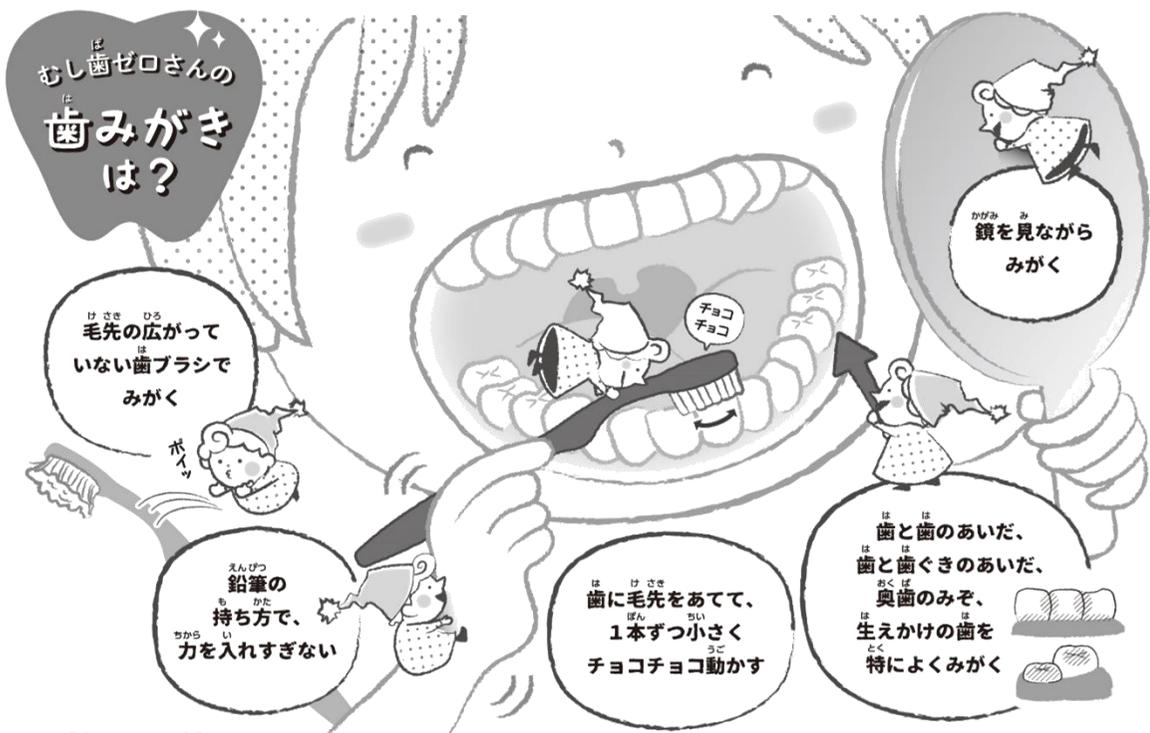
ほけんだより 6月

令和元年6月
小倉小学校
保健室

(お家の人と一緒に読んでね。)

今年(ことし)は5月の終わりからとっても暑(あつ)くなり、5月とは思(おも)えないくらい(くらい)の気(き)温(おん)が続(つづ)きました。しかし、暑(あつ)い時(とき)ばかりではなく、涼(すず)しい時(とき)もあるので、その気(き)温(おん)差(さ)で体(たい)調(じょう)をくずしやすくなります。体(たい)温(おん)調(じょう)節(せつ)がしやす(し)い服(ふく)を着(き)たり、汗(あせ)をかいたら着(き)替(か)えらる(ら)るよう(よう)にし(し)たりしてお(お)きま(ま)しょう♪梅雨(つゆ)が明(あ)けたら、ピカピカ(ピカピカ)の夏(なつ)はすぐ(すぐ)そこ(そこ)です。

むし歯がない人はどんな生活をしているの？



★ずっと自分の歯でおいしくご飯が食べられるように、しっかり今から大事にしてください★

プールでの学習が始まります



6月(がつ)からいよいよプールでの学(がく)習(じゅう)が始(はじ)まります。楽(たの)しみにしている人(ひと)も多(おほ)いと思(おも)います。でもプールに入る前(まえ)や入(はい)っている途(とちゅう)中に気(き)をつけることがあ(あ)ります。守(まも)っていないとけがや体(たい)調(じょう)不良(りょう)につな(つな)がります。楽(たの)しいプールにするため(ため)にも、下(した)のお話(はなし)をしっ(し)かり読(よ)んでお(お)いてね。

入る前に



爪(つめ)を切(き)り、
耳(みみ)そうじを(を)して(し)て(て)お(お)く

目(め)・耳(みみ)・鼻(はな)・皮(ひ)ふの
病(びょう)気(き)があ(あ)る人(ひと)は治(な)してお(お)く



入っている途中で



しっ(し)かり準(じゆん)備(び)運(うん)動(どう)を
し(し)て(て)か(か)ら入(はい)る

具(ぐ)合(あ)い悪(わる)くな(な)った(ら)ら
す(す)ぐ(ぐ)に先(せん)生(せい)に言(い)お(お)う



知っていますか？い・か・の・お・す・し

学校(がっこう)の行(い)き帰(かえ)りや外(そと)で遊(あそ)んでいる時(とき)に、守(まも)ってら(ら)い(い)たい約(やく)束(そく)です。み(み)ん(な)知(し)っているよ(よ)ね？



い かない

し(し)ら(ら)ない人(ひと)につ(つ)いて
い(い)か(か)ない



の らない

し(し)ら(ら)ない人(ひと)の車(くるま)
の(の)ら(ら)ない



お おごえをだす

た(た)す 助(たす)けてと大(おお)声(こゑ)を出(だ)した(ら)り、防(ぼう)犯(はん)ブ(ブ)ザ(ザ)ーを(を)なら(ら)す



す ぐにげる

こ(こ)ども 110番(ばん)の(の)家(いえ)や(や)お(お)店(みせ)
な(な)ど安(あん)全(ぜん)な(な)場(ば)所(じょ)に逃(に)げ(げ)る



し らせる

ど(ど)んな(んな)こ(こ)と(と)があ(あ)った(ら)の(の)か(か)お(お)
家(うち)の(の)人(ひと)や(や)先(せん)生(せい)に知(し)ら(ら)せ(せ)る

あ(あ)そ(そ)び(び)に(に)行(い)く(く)時(とき)は、必(かな)ら(ら)ず(ず)お(お)家(うち)の(の)一(ひと)に
「だ(だ)れ(れ)と」「ど(ど)こ(こ)に」「何(なん)時(じ)に帰(かえ)る(る)」か(か)を
伝(つた)えて(て)か(か)ら(ら)に(に)し(し)ま(ま)し(し)ょう(ょう)!!