

ほけんだより 6月

れいわ ねん がつごう
 令和6年6月号
 はんしんとくべつしえんがっこう
 阪神特別支援学校
 ほけんしつ
 保健室

梅雨の季節になりました。雨の多い季節ですが、しとしと降る雨の音は、リラックス効果があり、心を落ち着かせやすいといわれています。雨の音を楽しめると良いですね。

ただ、梅雨の時期は、湿度が高く、気圧・気温の変化で体調を崩しやすくなることもあるので、生活リズムを整えて、しっかり体調の管理をしていきましょうね。



6月4日～10日は 歯と口の健康週間



むし歯になりにくい人は？

おれはむし歯菌。こんな人には近づきたくない！



★ しっかり歯みがきをする人



★ よく噛んで食べる人



★ お菓子をあまり食べない人

プールが始まります

プールの前にチェック!!

- 目・耳・鼻に感染症はありませんか？
- たくさん寝ましたか？
- 忘れ物はありませんか？
- 爪は短く切りましたか？



学校の健康診断で、結果のお知らせを受け取った人は、プールが始まるまでに受診するようお願いいたします。