



れいわねん ねん がつ おおさかしりつさかえしょうがっこう
令和7年(2025年)6月 大阪市立栄小学校



まちなか 街中にきれいな紫陽花がたくさん咲いて
あじさい さき
います。6月は「梅雨」という時期に入り、雨
ひつづけ ひつづけ
が多い日が続きます。
きょうしつ としょかん じょうす つか
教室や図書館を上手に使い、雨の日だから
こそこそできる、楽しいことを見つけてほしい
おもひ ひつづけ
と思います！6月は暑い日も続きます。
ねっちゅうしょく き
熱中症に気をつけてくださいね。

梅雨時期健康で過ごすために

食中毒に注意



予防の基本は手洗い。食事の前には石けんをつけ泡立て洗い、清潔なタオルでふく。

熱中症に注意



湿度の高い梅雨時は要注意。体育館で運動をするときには窓や扉は開け、無理はしない。

事故やケガに注意



傘で視界が悪くなりがち。歩きスマホは絶対にNG。足下が滑りやすくなっているので気をつける。

ねっちゅうしょく き 熱中症に気をつけよう！

ねっちゅうしょく からだ なか すいぶん からだ なか ねつ
熱中症は、①体の中から水分がなくなってしまうこと②体の中に熱がこもってしまうこと
げんいん が原因でなるといわれています。こまめに水分をとる、外に出るときはぼうしをかぶる、マスク
はずを外すなど、今すぐできることからはじめましょう。元気に夏を乗りこえてくださいね！

奉緒的な夏がくる前に、暑熱順化のすすめ

まいにちすこ 毎日少しづつ1~2週間づけると、からだが暑さに慣れます。



ウォーキングや軽いランニングなどの運動をして汗をかく。

お風呂はシャワーで済ませず汗をかくまで湯船につかる。

汗をかいたら十分な水分と適度な塩分を補給する。

ほけんぎょうじ 保健行事について

6月 2日(月)	体 重 測 定	5・6年生
6月 3日(火)	体 重 測 定	3・4年生
6月 5日(木)	全国小学生歯みがき大会	5年生
6月 6日(金)	体 重 測 定	1・2年生

尿検査2次(対象者のみ)



保護者の方へ

6月9日(月)~13日(金)まで、歯みがき週間があります。児童は朝と夜に歯みがきができたら、歯みがきカレンダーに色をぬります。お子様が歯みがきをしているか、丁寧にみがけているかなど、確認していただけたらと思います。ご協力よろしくお願いします。

