

すまいる



東海村立白方小学校

ほけんだより 7月号

発行日 令和7年7月1日

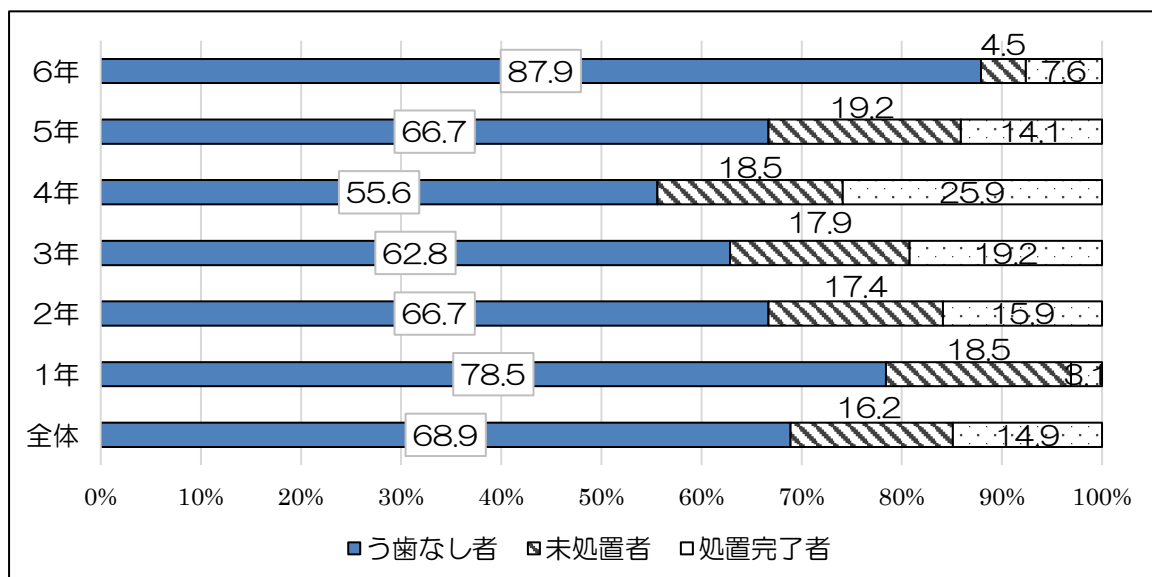
★おうちの人と読みましょう★

だんだんと暑い日が増えていき、本格的な夏もすぐそこまで来ているようです。この時期は気温も湿度もぐんぐん上がり、ちょっと油断すると夏バテをしてしまいます。水分だけでなく、食事もしっかり取って、夏を元気に過ごしましょう。



歯科検診を実施しました！

下のグラフは、6/3(火)と6/13(金)に行われた歯科検診の結果です。6年生にう歯なしの児童が多く、5年生にう歯未処置者が多いことが分かりました。丁寧な歯みがきや治療をして、健康な歯と口を目指せるといいですね。



夏にも感染症対策を

冬だけじゃない！

感染症という冬のイメージがあるかもしれませんが、ヘルパンギーナ・手足口病・咽頭結膜熱など夏に流行る感染症もあります。油断せずにしっかり対策をしましょう。

手洗い・うがいをする

水分をしっかりとる

クーラーの温度を調整し、
室内外の気温差を小さくする

栄養バランスのよい
食事をする

夜はぐっすり寝る

