



山崎小学校 保健室

とうとう運動会まであと数日となりました。体調はどうですか？疲れはでいていませんか？
早寝早起き朝ごはんでは体調をととのえて、元気いっぱい当日を迎えたいですね。
だんだんと気温と湿度が高くなってきました。こまめな水分補給で、熱中症を予防しましょう！



そのマスク、正しいつけ方かな？

コロナウイルスの感染予防にかかせない大切なマスク。
せっかく毎日つけているのに、効果がないと残念です。
この機会に、マスクの正しい付け方をおさらいしましょう！

①鼻もしっかりとおおえているかな？



②ひもはゆるくないかな？



③マスクは顔の大きさに合っているかな？

大きすぎ×

小さすぎ×



厚生労働省では不織布のマスクがオススメとされています。

マスクだけでなく、手洗い・換気・密をさけることも引き続き継続して、みんなで感染予防に取り組みましょう☆

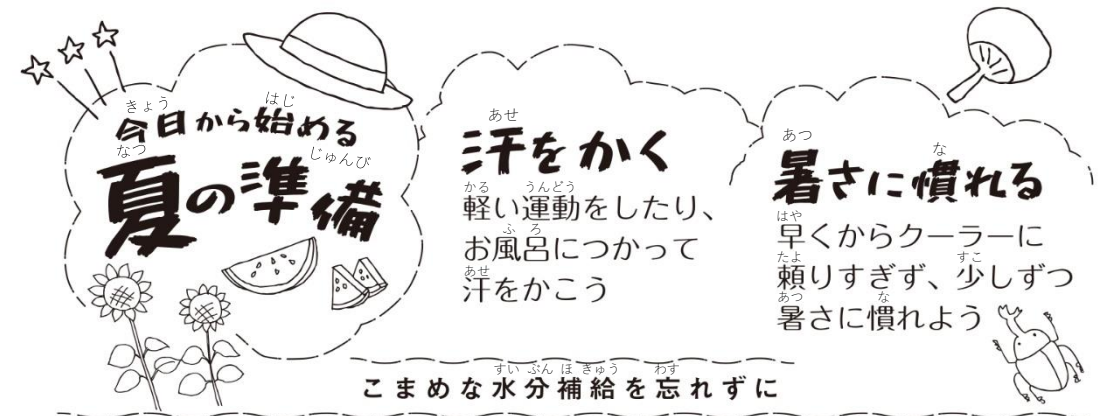
ランドセルに予備のマスクをいれておくと安心！



ねっちゅうしょう きせつとうらい 熱中症の季節到来です



5月後半は、すごく暑い日がありましたね。
暑さに慣れていない今、特に注意が必要です。
予防の仕方を身に付けて、
気をつけていきたいですね。



こまめな水分補給を忘れずに

保護者の方へ

健康診断の結果は、歯科検診のみ全員に配布します。その他の眼科・耳鼻科・内科（運動器）検診は、異常がある場合のみ配布となります。

また、暑くなってきましたので熱中症予防のため帽子をかぶって登校させてあげてください。

6月保健行事予定

6月	8日（水）	眼科検診（1・2・3年生）
	9日（木）	歯科検診（3・5年生）
	15日（水）	眼科検診（4・5・6年生）
	16日（木）	耳鼻科検診（全学年）
	23日（木）	歯科検診（1・2年生）

