6月の掲示物　雨のいいところ♪

ほけんだより 6月号

高江小学校 ほけんしつ

プールはじまります！

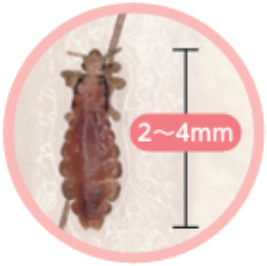
想定していたよりも早く梅雨が明け、突然夏がやってきました！セミもあわてて鳴きはじめたように感じます。

さて、夏の暑さにも負けない健康的な体づくりをめざして、今年度も水泳学習が行われます。安全に、元気に参加するために必要なことは３つあります！それは、

①しっかりとごはんをたべること　②たくさん寝ること　③むりはしないことです！

この中のひとつでもできていないと、水泳学習はとても危険です。この３つすべてを守り、元気に学びある水泳学習にしましょう(^^)/

プール前に



成虫 (2～4mm)

シラミチェックをおねがいします

頭髪に寄生して頭皮から吸血するアタマジラミ。 清潔にしていても感染し、かゆみや湿疹を引き起こします。 頭と頭が接触すること、身の回りの物（寝具やタオルなど）を共有することなどで、 簡単に感染してしまいます。 1年を通じて被害が見られるので、常に気をつけておくことが必要です。

※アース製薬HPより一部抜粋（R7.6）

後頭部や耳の後ろあたりにシラミの卵がないかチェックしてみてください。もし、アタマジラミがいれば**必ず退治してください。**その際、家族全員の頭も確認して家族一丸となってアタマジラミの退治をお願いします。

3つの予防策

- タオルやブラシ、帽子や衣類などを共有しないこと。
- シーツやまくらカバーなどの寝具をこまめに洗うこと。
- 充分に洗髪し、スキンシップを兼ねて日頃から頭髪を観察すること。

こどもたちが健康で快適に学習できるようご協力をお願いします。