

すくすく



令和8年6月30日
品川区立浜川小学校
校長 二宮 淳

今年も暑い夏が予想されています。学校では熱中症チェッカーを使って暑さ指数（WBGT）を調べ、安全な生活ができるようにしています。WBGTはアプリや天気予報で発表されていますので、毎日の服装や外遊びの参考にしてください。教室の場所によっては冷房が当たりやすい場合があります。寒い時に教室で着用できるカーディガン等があると、体の冷えを防ぐことができますので、必要に応じて準備しましょう。

※睡眠不足だと熱中症になりやすいです。

早寝をするようところがけましょう。



健康カードを配ります！

健康カードに、4月から行ってきた健康診断結果のお知らせ用紙が貼ってあります。家の人と一緒に、自分の成長を確認してみましょう。

【保護者の皆様へ】

ご家庭でご覧になりましたら、

①左ページのお知らせ用紙「保護者確認欄」

②右ページ4月の「保護者確認欄」に

押印またはサインをして

7月13日（月）までに

学校へご返却ください。

保護者確認欄 (小学校のみ)	サイン 浜川
-------------------	------------------

* 健診の結果は、学校での健診時の結果となっています。すでに治療済みのものもありますが、ご了承ください。

また、受診された場合は連絡票を学校までご提出ください。

まだ受診されてない場合は、夏休み中に受診し、2学期にご提出ください。

* お知らせ用紙をめくると「発育の記録」のグラフがあります。身長と体重のバランスを調べることができますので、お子さんと一緒に記入してください。



★^ほ歯みがき^{かくしゅつ}学習について

7月 1日（水）：6組
 7月 8日（水）：4年生
 7月14日（火）：2年1組、2年2組、2年4組
 7月15日（水）：2年3組、2年5組



★^{きゅうしょくご}給食^は後の歯みがきについて（全校実施）

6月29日（月）～ 7月 3日（金） 各学年1組
 7月 6日（月）～ 7月10日（金） 各学年2組
 9月 7日（月）～ 9月11日（金） 各学年3組
 9月14日（月）～ 9月18日（金） 各学年4組
 9月28日（月）～10月 2日（金） 各学年5組

歯ブラシ、
コップの準備を
お願いします。

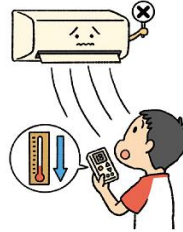


^{がつ}7月の^{ほけんもくひょう}保健目標…^{なつ}夏^{けんこう}を健康に^す過ごそう

^{なつ}夏バテしやすい生活はイラストのとおりです。^{なつやす}夏休みは特に^{とく}気を付け^きましょう。



^{あさ}朝ごはんを^た食べない



エアコンの^{せっていおんど}設定温度が^{ひく}低い



^{つめ}冷たいものばかり^た食べる・^の飲む



^{いちじゅう}1日中^{ゴロゴロ}する



^{よるおそ}夜遅くまで^お起きている

*^{つめ}冷たいものを^た食べすぎたり、^{よる}夜更かしをし
たりすると、^{いちょう}胃腸の調子を^{ちやうじ}体が^{からだ}整えにくくな
って^{なな}お腹の調子が^{わる}悪くなりやすくなります。

たなばたの^{ねが}願いごと



みんなが^{けんこう}健康で
ありますように。