



梅雨が明ければ、いよいよ夏がやってきます。いつも以上に「生活リズム・バランスの良い食事・十分な睡眠」に気を配って、元気に夏を乗り切りましょう！



朝ごはんを 食べよう！

1日の元気の源になる朝ご飯。朝ごはんを食べると脳と体にスイッチが入り、1日元気に過ごす事ができます。生活リズム・体内リズムを整えるために朝ごはんは欠かせません。

文部科学省が行っている学力調査で「朝ごはんを毎日食べている子どもほど学力が高くなる」というデータが出ているそうです。逆に朝ごはんを食べないと「学力が低くなり、体力が無く、足も遅くなる」という結果が出ています。

元気いっぱい過ごすために毎日朝ごはんを食べましょう！



早めに虫歯治療をしましょう

歯科検診が終わりました。虫歯があったお子さんは早めに受診しましょう。

早期受診でこんなにいいことが！

治療期間を短く

ひどくならないうちに治療を始めると、早く治ります。

治療の痛みを避ける

早期発見で、痛みが少ない方法で治療できます。

歯科健診の結果を書きますので、お口の健康カードがあるお子さんは、カードの提出をお願い致します。カードは卒園までお預かりしますが、町の健康診断で必要ですので、一旦お返しします。町の健診を受ける際はお知らせください。

氏名	年齢	性別	検診結果
1			健康
1.6			健康
2			健康
2.6			健康
3			健康
4			健康
5			健康

楽しいプール遊びのために

- 朝の体温は何℃ですか？
- 元気はありますか？
- 食欲はありますか？
- よく眠れましたか？
- 下痢はしていませんか？
- 目の充血や目やにはありませんか？※1
- 咳は出ていませんか？
- 鼻水は出ていませんか？※2
- 肌に発疹や傷、ただれはありますか？※3



子どもたちが大好きなプール遊びが始まります。楽しく安全に遊べるよう、ご家庭で毎朝の健康チェックをお願い致します。

- ※1 目の充血や目やにが見られる時は、結膜炎の可能性もあります。受診しましょう。
- ※2 黄色等の色の着いた鼻水（あおっぱな）が出る時は副鼻腔炎（ちくのう症）の可能性もあります。色のついた鼻水が出ている間はプールは避けた方が良いので、受診し医師に相談しましょう。
- ※3 血液や傷口からの滲出液からうつる感染症もあるため、傷やただれがある時はプール遊びはできません。