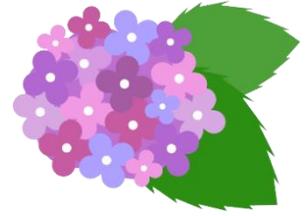


# 6月ほけんだよ!



我孫子市公立保育園 6月号

## 暑さに備えよう!

2025年の夏も全国的に猛暑が予想されています。

6月と7月の気温は、平年より高い見込みで、早い時期から厳しい暑さになる日が多くなりそうです。熱中症予防のため、今のうちから散歩や軽めの運動で汗をかき、体を暑さに慣れさせましょう。

## 6月4日～10日は、歯と口の健康週間です

5月、6月に歯科健診があります。

健診結果でむし歯などがありましたら、歯科受診をお願いします。

5歳児クラスは、健診後からフッ素洗口を開始します。

ご家庭でも、うがいの練習をお願いします。

- 30秒のブクブクうがい
- コップに吐き出す
- 飲み込まない

