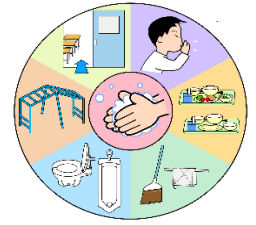


ほけんだより 7月



大原小 保健室



けんこうしんだんがおわりました

4月から6月にかけて行った定期健康診断が終わりました。後日、健康手帳のP3に測定や結果を貼り、ご家庭に持ち帰りますので、押印後、担任にご提出ください。また、検診結果のお知らせで医療機関の受診を勧められている方は、早めの受診をお願いいたします。

おうちの方へ

★毎日の登下校の様子をみると、暑い中でもマスクをつけて歩いている児童が多数見受けられます。お子様の中は、周りに人がいるのにマスクをしないことに不安を感じる子もいるかと思いますが、命に関わる「熱中症」の危険が高まります。家を出るとき、「水分補給とマスクをはずす」声かけをお願いできればと思います。

★先週から連日暑い日が続いています。教室はエアコンや扇風機で温度管理をしていますが、お子様によっては冷えを感じることもあるかと思いますが、汗を吸い取りやすい素材の服や下着の着用、はおり物やレギンスなどで調節をしてください。

「予防」が水の事故

この時季、とくに注意したい水の事故。そのおもな原因のひとつに『不注意』があげられます。海や川、プールなどで遊ぶときには、ルールを守ることによる事故の「予防」がかかせません！



子どもだけで遊びに行かない



しっかりじゅんび運動をする



おうちの人や係員さんの指示を守る



水の中や近くでぶざげない



時間を決めて休けいをする



体調が悪いときは無理をしない

よい歯の集会より

6月29日に、全校でよい歯の集会を行いました。健康委員会の児童が計画や準備をし、何度も練習を重ねました。むし歯のない人を表彰して委員会児童作成のイラスト入り賞状をわたしました。賞状をもらった人は89人！むし歯がある人は早めに治療しましょう。その後、歯についてのクイズを行い、楽しく学ぶことができました。



これからも歯を大切に

ブログでもUPしています！



あたってー！ 何問、正解かな？

6/30「水難事故防止に向けてのお願い」もあわせてご確認ください。

暑いときこそはだ着のフシギ

いよいよ暑さも本格的になってきましたね。強い日ざし、高い気温と湿度。少しでも涼しくすごしたい！そこで、あなたはふだんはだ着（下着）をつけていますか？「1枚でも少ないほうが涼しいから着ていない」という人、実はそんなをしています。

はだ着をつけていると、かいた汗を吸い取ってくれるので、つけないときにくらべてからだの間の湿度を下げる事ができるため、涼しく感じられます。また、汗によるベタつきがおさえられて、あせもなど皮膚のトラブルにもなりにくく、せいけつにもつこともできるのです。

汗にはからだの熱をさます役割がありますが、はだ着をつけることでその効果をアップさせる事ができるのです。暑いとき「こそ」はだ着、オススメです！

