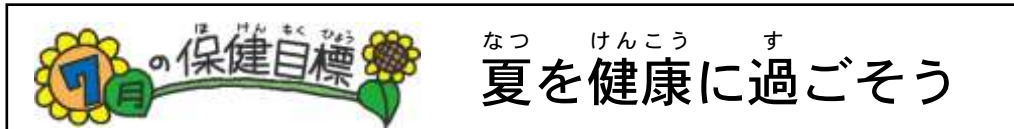




令和3年 7月
入善町立黒東小学校

おうちの人と一緒に読みましょう。

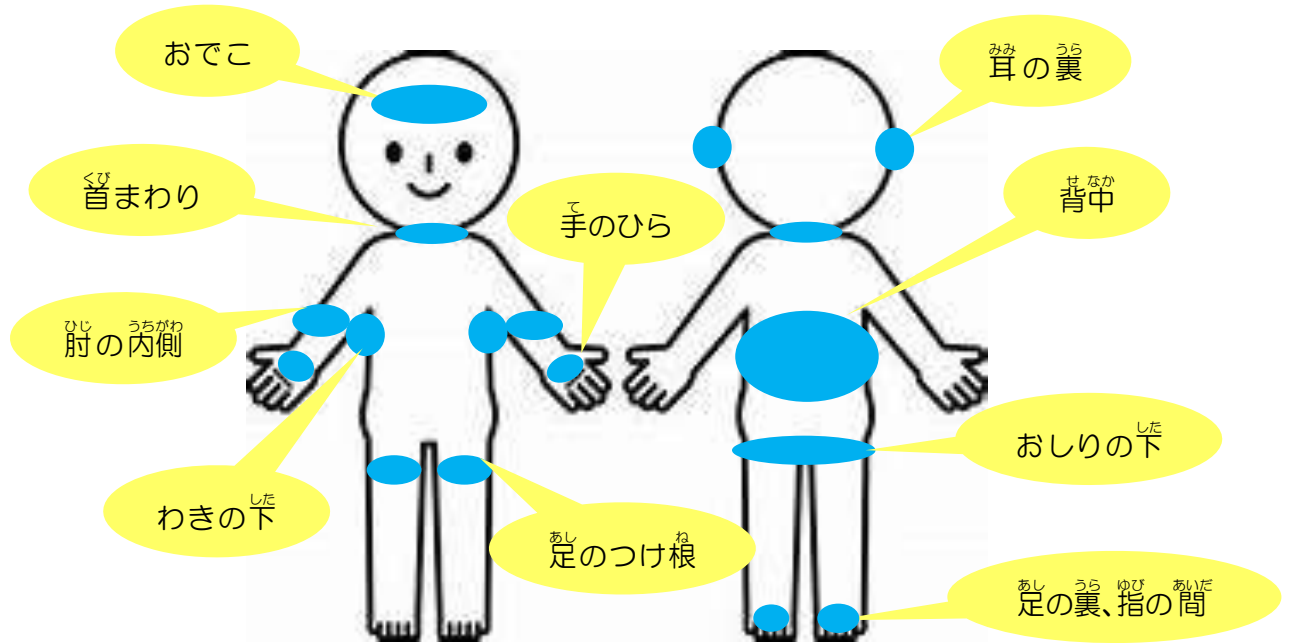
1学期も残すところあとわずかになりました。気温と同時に湿度も高くなるこの季節は、体調を崩しやすいです。夏休みまであと3週間、健康には十分注意して、勉強や運動に最後までしっかり取り組みましょう。





◆暑い夏、汗の始末をしましょう！

暑いときや運動をしたとき、たくさん汗をかきます。体からは、汗と一緒によごれもできます。特に、汗をかきやすいところはよごれもたくさんついているため、あせもができやすかったり、いやなにおいを出したりします。体を清潔に保ち、健康な生活を送りましょう。

<よごれがつきやすいところ>



 <p>〇石けんをよく泡立てて、体のよごれをしっかり落とすようにしましょう。</p>	 <p>〇替えの下着やTシャツなどを用意し、皮膚を清潔に保ちましょう。</p>	 <p>〇汗拭きタオルを用意し、皮膚のかゆみ・かぶれや、いやなにおいを防ごう。</p>
---	--	--

こんなところでも **熱中症** になるの!?

プール

水の中にいるから
すずしいし、
熱中症には
ならないよね?

いいえ! 水の中でも汗をかいているのですが、なかなかそれに気が付かず、熱中症になることがあります。

→ こまめな水分補給と日かげでの休憩をしよう!

体育館や教室

屋内にいるんだから、
熱中症には
ならないよね?

いいえ! 屋内でも、湿度と温度が高かったり、風通しが悪かったりすると熱中症になる危険性があります。

→ 風通しをよくして、水分補給をしっかりしよう!

保護者の方へ

◆6月のミニ集会



6月25日(金)に全校のミニ集会がありました。6月は歯の衛生月間であり、黒東保健委員会の子供たちは、歯に関するクイズや、給食後の歯みがきのルールについてのポスターを紹介しました。

ポスターでは、新型コロナウイルス感染症対策として、「距離をとってみがこう」、「歯みがき中はしゃべらないようにしましょう」、「口を閉じてみがこう」、「少ない水で低いところからうがいをしよう」の4つのルールを子供たちで考えました。

これからも感染症対策を徹底して、歯はみがきができるようにしていきたいと思います。



◆健康診断の結果について

1学期の健康診断の結果を「私の健康」に転記し、返却しました。

結果の確認後は、押印していただき、学校へ返却してくださいますようお願いいたします。

また、受診が必要な場合には、検診後にカードをお渡ししています。病院を受診される際には、カードを持参し、必要事項の記入をお願いいたします。

ご不明な点がございましたら学校にお尋ねください。