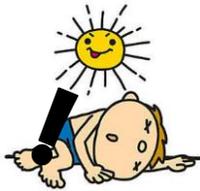




いよいよ夏本番です。大人も子どもも夏バテや熱中症が心配です。みなさん体調はどうですか？しっかりと水分補給をして健康管理に気を付けましょう!!夏休みまであと少し!元気にこの暑さを乗り切ってくださいね。

ねっちゅうしょう き 熱中症に気をつけよう!

暑くなってくると、心配なのが熱中症。熱中症について知り、予防しましょう!



熱中症予防

かきくけこ

- か** まんは禁物
- き** ゆうに暑くなる日は注意
- く** ろい服は避けよう
- け** んこうな人も油断しないで
- こ** まめに水分補給

マスクをはずして休憩することも忘れずに

★クイズのこたえ:③(他にも、うどんや梅干しなど「う」のつくものを食べるといいそうです!

今日は何の日? クイズ★

7/23 は土用の丑の日。

この日にうなぎを食べるのはなぜ?

- ① おいしいから
- ② 長生きを願って
- ③ 夏を元気に過ごすため



※ 登下校時は、傘をさして距離をとり、マスクを外す指導をしています。

距離をとることは慣れてきているので、今後暑さによってマスクを外すことを更に声掛けします。



あせ やくわり 汗の役割は

あせ じょうはつ からだ ひょうめん ねつ うば
汗が蒸発するとき、体の表面の熱を奪い
たいおん あ ちようせつ
体温が上がりすぎないように調節してくれています。
また、はだ うるお たも やくわり
また、肌の潤いを保つ役割もあります。

あせ 汗をかいたら

こまめにふいたり、シャワーで流すなど、
はだ せいけつ
肌を清潔にしておきましょう。
あせ うしな すいぶん えんぶん ほきゆう わす
汗で失われた水分と塩分の補給も忘れずに。

保護者の方へのお願い

★「健康のたより」を配布しました。

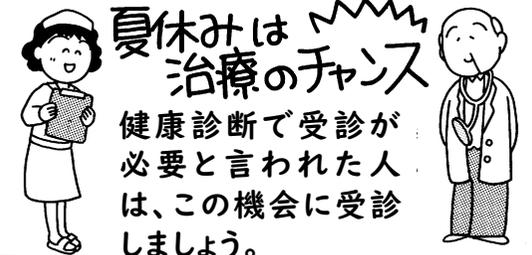
「健康診断結果のお知らせ」と「成長曲線」をご確認いただき、
表紙の“前期前半”の欄に押印のうえ学校にお戻しください。

★夏休みに医療機関の受診をお願いします。

過日、4月～6月に行った健康診断の結果から、受診が必要なお子さんに「受診のお願い」の手紙をお渡ししました。

学校での検査は、精密検査ではありません。まだ受診がお済みでない場合は、お子さまが元気に楽しく過ごせるよう、医療機関での受診・検査をしてくださいますようお願いいたします。

受診が済みましたら、学校まで報告書のご提出をお願いいたします。



夏休みは治療のチャンス
健康診断で受診が必要と言われた人は、この機会に受診しましょう。