

にこにこ 7月

H30. 7. 2
龍野小保健便り
保健室 宗 小百美

<おうちのひとといっしょによんでください。>

梅雨が明けそうで明けないムシムシとして暑い日が続いています。
気温も30度以上となって、熱中症が心配な季節になってきました。
しかし、もうすぐみんなが楽しみにしている夏休みです。生活リズムをもう一度見直して、暑さに負けずに元気に過ごしましょう。



ねっちゅうしょう ちゅうい 熱中症に注意

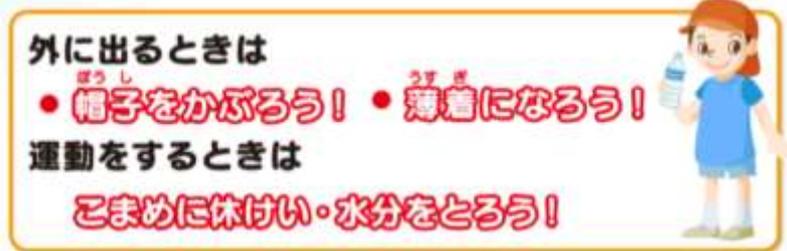


おこりやすい日は、こんな日

- 気温が高い日
- 湿度が高い日
- 風が弱い日

おこりやすい人は、こんな人

- 暑さになれていない人
- 体力のない人
- 体調が悪い人
- 睡眠不足の人
- 朝ご飯を食べていない人



熱中症にならないためには、
早寝早起きをして、しっかり朝
ご飯を食べるなど、規則正しい生
活を送ることが大切です。

気分がわるくなったら
すぐに先生や大人のひと
に知らせよう!

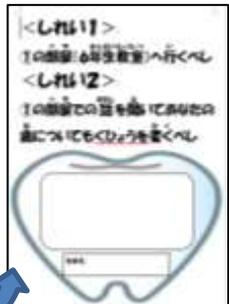
<熱中症のために救急車で運ばれた人>



は しょうかい がっ にち じっし
歯の集会(6月19日)を実施しました。



ひとりひとり は かだい
 一人一人の歯の課題にそって4つのグル
 ープに分かれて、保健委員がその課題に
 あ 合わせた発表を行いました。



一人一人「しれい」をもらいます。



とにくえん
 歯肉炎は、このよう
 はぐきがあか
 はぐきが赤くはれます。

はっぴょう き は けんこう
 発表を聞いて、歯の健康
 についての自分の目標を
 書いてもらい保健室前
 に掲示しました。



は かくしゅう かくかくねん
**歯についての学習を各学年
 おこな
 行いました。**



はなし いっしょうけんめい き ねんせい
 お話を一生懸命聞いている1年生



かがみ み ていねい は ねんせい
 鏡を見ながら丁寧に歯みがきする2年生

ほけんしつまえけいじばん がっ
保健室前掲示板(6月)

