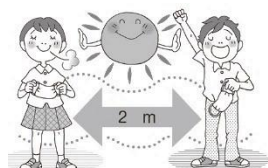




豊水小学校 R4.7.1

7月の保健目標

夏を元気にすごそう！



7・8月の保健関係行事

1日(金) 授業参観、学級懇談会

給食試食会 1年保護者

15日(金) 環境安全点検

27日(水) 有中校区学校保健委員会講演会

8月29日(月)、30日(火) 身体測定

※夏休み明けの身体測定を2日間でおこない
ます。体そう服の準備をしましょう。

マスク着用どうする？どうなる？

(屋外)

人と離れているか、または、しゃべらなければ、マスクなしでもよい。

(屋内)

人と離れていて、さらに、しゃべらなければ、マスクなしでもよい。

夏は、熱中症予防を優先しましょう。

夏の肌トラブル研究所



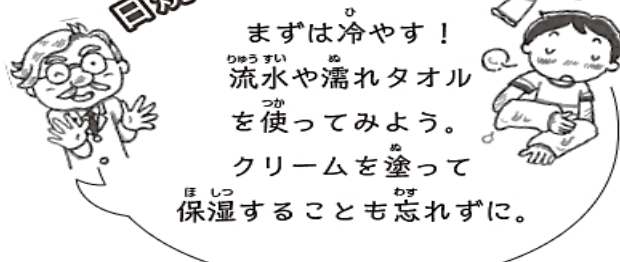
太陽の光に含まれる紫外線によって皮膚が刺激を受けて起こります。

日焼けは「やけど」と同じ状態。ひどい場合は水ぶくれになることも。



日焼けしてしまったら...

まずは冷やす！
流水や濡れタオル
を使ってみよう。
クリームを塗って
保湿することも忘れずに。



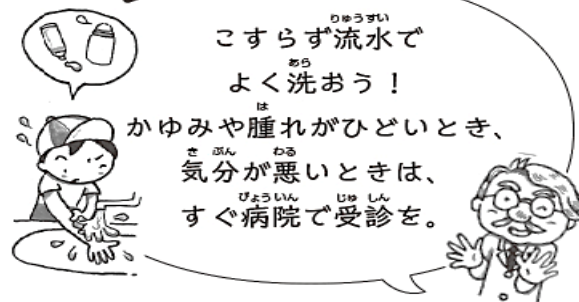
血を吸う習性のある虫(蚊、ブヨ、ダニなど)や、毒を持った虫(ハチ、毛虫、ムカデなど)が原因。刺されたところから虫の唾液や毒が皮ふに入り、炎症が起きます。



虫に刺されたら...

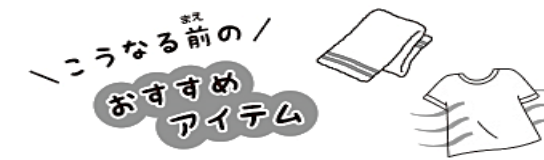
こすらず流水でよく洗おう！

かゆみや腫れがひどいとき、
気分が悪いときは、
すぐ病院で受診を。



ひじやひざの裏、首など、汗のたまりやすいところで汗腺(汗の出口)が詰まって起きます。

かきむしると、とびひになってしまいます。



あせもになったら...

かきむしるのはダメ！
こまめに汗をふいたり
シャワーを浴びる
など、肌を清潔に
保とう。

