

# えがお

東浦小学校

ほけんしつ

No.4

H24.7.3(水)



梅雨の季節です

ジメーとして=怪気は  
いですが、草花  
に目を向けると  
いきいきと  
輝いていますね!

## ▶ 衣服の調節に注意!!

天気によって、気温の変動が  
大きな時期。肌さむく感じる  
日には上着を1枚じゅんびしよう。

## ● 「自分の感覚」を大切に。

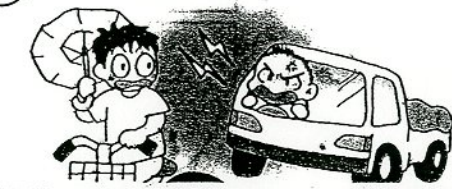


## ▶ 食中毒に注意!!



- 食べものに触れる前に、かならず手洗い。
- 食べものを室温に置き、はなしにしない。
- ペットボトルに口をつけて飲まない。
- 食べものは中心までしっかり火を通す。

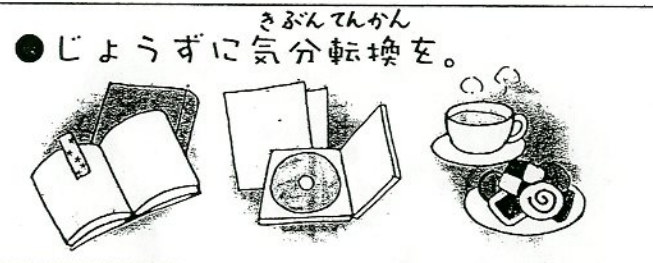
## ▶ ケガに注意!!



- 自転車のかささし運転は絶対ダメ!
- すべりやすい足もとに注意。
- かさを開くときは、まわりを確かめて開く。
- 時間に余裕をもって行動しよう。

## ▶ ブルーな気分

雨の日のよいところ、  
いくつ発見できるかな??



# プール前のじゅんび、できていますか?

～プール前に注意すること～



みみ、はな、め、びょうき  
耳・鼻・目の病気があ  
る人は治療をすませま  
しょう。  
プールに入っているか、  
お医者さんに聞いてお  
きましょう。



朝ごはんは  
しっかり  
食べます!  
前の日は、早くねて  
体を休めておきましょう。  
当日の朝は、かならず  
朝ごはんを食べてましょ  
う。



体の調子が悪い  
時は、かならず  
先生に伝えましょ  
う。

## ～プールでうつりやすい病気～

なまえ	プール熱 (咽頭結膜熱)	はやり目 (流行性角結膜炎)	みずいぼ
症状	38～39℃の熱、のどの 痛み、目が赤くなる	めやにが出る 目が赤くなる	1～3mmくらいの 白いいぼができる
予防	● プール前後のシャワー	● うがい、手あらい	● タオルのかしかりをしない

＜保護者のみなさまへ＞  
お忙しい中、「歯みがきかんぱりカード」への一言、ありがとうございます!!  
子どもたちの大きな力みになることと思います。「親が言わなくても姉弟で  
声をかけ合って歯をみがいていた」「親子一緒にみがいて、楽しかった」という言葉  
があり、とても嬉しくなりました! 私たち大人も健康な体を守っていかな  
ければなりません。「自分の体を自分で守る」という大人の意識と行動を  
見て、子どもたちが得るものは大きいと思います。今後も、家族みんなが虫歯予防  
に努めていけることを願っています。

「けんこうカード」を配布します。押印のうえ、封筒に入れて7/9(水)までに学校へ  
もってきてください!