

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。

▶ ブルーな気分に注意!!

● じょうずに気分転換を。

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～

プール入ってOK!

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
朝ごはんを食べてみましょう。

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励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!