

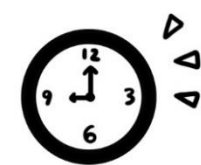
ほけんだより7月

ほけんだより第4号
令和3年6月28日
大府市立石ヶ瀬小学校

最近、ハンカチをもっていないという人がとても多くなっています。ハンカチとティッシュは、必ず毎日持ってくるようにしてください。また、「マスクを落とした」、「マスクをよごしてしまった」ときのために、予備のマスクをかばん（ランドセル）のなかに入れておきましょう。

7月の保健目標

暑さにまけず元気にすごそう



睡眠をとる

熱中症予防のキホン！



朝ごはんを食べる



水分をとる

- 熱中症を予防するためにも、きそく正しい生活を心がけましょう。
- 学校には、毎日、すいとうとタオルを持てきましょう。
- 外で遊んだり、活動をするときは、ぼうしをかぶりましょう。

これからの季節、

雷にも気をつけましょう



雷から自分を守るための行動



木や電柱など背が高いものから離れる。傘は閉じる。



建物や車の中などに避難してなるべく空間の真ん中にいる。



避難する場所がない場合は、身を低くして「雷しやがみ」をする。

【保健委員会主さい】

はんかちすごろくを 行 います

期間 7 / 5 (月) から 7 / 9 (金)

内容

- ・ 毎朝、保健委員がそれぞれのクラスで、ハンカチを持ってきた人の数をしらべます。
- ・ すごろくで進めるマスは、ハンカチをもってきた人の半分の数です。
- ・ クラスのすごろくは、ほけんしつ前にけいじをします。
- ・ 学年で1位になったクラスには、賞 状 をわたします。

運動するときのマスクについて

暑い季節になり、熱中症の危険がせまっています。熱中症は、まだ大丈夫と思っていても、あつという間に体調が悪くなり、命にも関わるこわさがあります。とくに、みなさんの体は、成長のちゅう中なので、大人のように体の機能をうまく調節することができません。もちろん、新型コロナウイルス感染症にもきをつけなければなりません。運動をするときは、マスクをはずして活動をするようにしてください。体育の授業でも、マスクを外し、話し合い等の場合のみマスクをつけます。

2つは、印刷の関係で見つけにくいかもしれませんが、ごめんなさい。

2枚の絵を見くらべて7つのちがいを みつけよう



絵が見にくいとき、答えをしりたいときは、ほけんしつ前のけいじばんへ。