

令和4年7月1日(金)
 足立区立本木小学校
 校長 藤田 暁美
 養護教諭 星野 恵美



環境省と気象庁は、^{ねつちゆうしやうよほうたいさく}熱中症予防対策の^{じやうほうはつしん}情報発信として、令和3年4月から「^{ねつちゆうしやうけいかい}熱中症警戒アラート」の運用を行っています。暑さ指数は気温と同じ単位(℃)で示されますが、①湿度、②周辺(太陽や物)の^{ねつかんきやう}熱環境、③^{きおん}気温の3つを取り入れて示され、その^{あたい}値は^{きおん}気温とは異なります。現在、^{げんざい}登校時間帯から、暑さ指数が^{たか}高い^{あたい}値になる日が続いています。

暑さ指数が高くなると予想される日は

- のどが^{かわくまえ}渇く前に、こまめに^{すいぶん}水分をとりましょう。登校前は必ず水分を^と摂ってから^{しゅつぱつ}出発しましょう。
- 下痢をしている、^{たいちやう}体調がすぐれない、^{すいみんぶそく}睡眠不足、^{あさごはん}朝ご飯を食べていない、などは^{ねつちゆうしやう}熱中症の危険が高まります。水筒の確認や、^{すいとう}登校前の^{かくにん}健康観察を念入りにするようにお願いします。

ほけんもくひやう
7月の保健目標

なつ けんこう す
夏を健康に過ごそう

水筒を洗うときの注意



環境省 熱中症予防情報サイトより

「お子さんの生活に関するアンケート」への回答ありがとうございました。

6月に学校メールにて配信しました「お子さんの生活に関するアンケート」につきまして、お忙しい中回答くださりありがとうございました。集計結果は、後日保護者のみなさまへお知らせする予定です。

定期健康診断の結果をお配りします。

すべての^{けんこうしんたん}健康診断が終了しました。健康診断へのご協力ありがとうございました。結果の^{いちらんひやう}一覧表をお配りします。お手元に届きましたら、ご家庭で保存してください。医療機関の受診については、学校で記録しております。ご了承ください。

スクールカウンセラー来校日のお知らせ【7月～10月】

7月～10月のスクールカウンセラー来校日をお知らせいたします。8月の来校はありません。

みなみぐち せんせい 南口先生(木) 9:30～16:30	7月⇒7日・14日・21日・28日 9月⇒1日・8日・15日・22日・29日 10月⇒6日・13日・20日・27日
かわい せんせい 河合先生(金) 9:15～17:45	7月⇒1日・8日・15日 9月⇒9日・16日・30日 10月⇒7日・14日・21日・28日

相談の予約につきましては、担任または養護教諭 星野までご連絡ください。☎03 (3890) 7201

夏休み生活リズムチェックを実施します。

9月からの学校生活をスムーズに開始するため、生活リズムチェックを実施します。詳細は別紙にてご連絡いたします。

安全で楽しい夏休みを過ごしましょう。

暑い夏を健康にすごすためのやくそく

熱中症



基本は無理をしない。
のどが渴く前に水分補給。

胃腸の機能低下



アイスや清涼飲料水など
冷たいものを取りすぎない。

冷房病



冷房のタイマーを上手に
活用して冷えすぎに注意！

SNSの書き込みに気を付けて

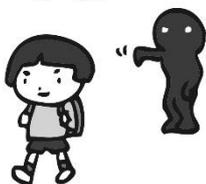
まわりの友だちだけでなく、多くの
人々とやりとりできる SNS。便利に楽
しくコミュニケーションできるツール
ですが、基本のルールやマナーを知ら
ないと、言葉の行き違いから思わぬト
ラブルが起こったり、危険なことに巻
き込まれたりする恐れがあります。悲
しく辛い思いをしないように、次のこ
とを絶対に忘れないでね。



- ①人の悪口を言ったり、批判し
たりしない
- ②個人情報（住所や名前、年
齢、学校名など）を書かない
- ③自分や友だちの写真を勝手に
アップロードしない
- ④知らない人と、直接会う約束
をしない

あんぜんのあいことば「いかのおすし」

いかない



のらない



おおごえでさげぶ



すぐにげる



しらせる

