



令和7年 5月
洗切小 保健室

5月の保健目標：規則正しい生活をしよう

最高気温が25度近くまで上がるような暑い日が増えてきました。熱中症にも注意が必要です。

【^{じどう}児童のみなさんへ ^{うんどうかい}運動会におきて！！】

- ・はやねをしてじゅうぶんなすいみんをとります。
- ・あさごはんはかならずたべます。
- ・のどがかわいていなくても、すいぶんはしっかりとります。
※すいぶんはおおめにもってきます。
- ・じゅんびうんどうやせいりうんどうをしっかりとします。
- ・ぼうしをかならずかぶります。
- ・たいそうふくをかならずもってきます。タオルやかえのしたぎなどのじゅんびをします。
- ・つめはきっておきます。(けがをする、させてしまうことにつながります。)
- ・ぐあいかわるいときは、むりをしません。



たのしくおもいでにのこる運動会にしましょう！

～保護者の方へ お願いです～

- 体操服、体操帽子を忘れずに持たせてください。登下校時も帽子を必ずかぶらせてください。
- 水分は多めに持たせてください。学校でお茶を与えることはできません。
- 気温差が激しい時期ですが、今後クーラーを使用する時期になると、とくに衣服での体温調節が必要になります。お子さまと相談され、体調に合わせて上着を持ってきておくなどの対応をお願いします。
- 靴下が雨で濡れたり、汚れたりする場合があります。替えの靴下をランドセルに入れておくなどして準備していただいていると不測の事態にも対応できると思います。
- トイレ失敗や嘔吐等で汚れた衣服や下着は衛生上の観点から、学校では洗濯はせず、袋に入れて持ち帰らせます。下着を交換する必要がある場合は、未使用の新しいものを着用させ、後日、代わりの新品を持ってきていただくようにしています。

ご協力よろしくお願いします。