

保健だより

南牧小学校 保健室 NO. 5 令和3年7月9日

7月に入って、朝晩は涼しくても、日中は蒸し暑いと感じたり、ジメジメしたり、すっきりしないお天気が続いています。こんな時は体調をくずしやすい時でもあります。体調をしっかり整えて楽しい夏休みを迎えてほしいと思います。

暑さに負けない体を作ろう



で出かけるときは忘れずに

ぼうし

直射日光が
あたるのを防ぐ。ツバが
広く通気性のよいものを。



水筒

汗やおしっこ
から出ていく
水分を補給。



汗ふきタオル

あせもやにおい
対策に。清潔な
ものを用意して。



木陰や
涼しい場所で
こまめに休憩を



保護者の方へ

毎朝・夜の検温、健康観察では大変お世話になっています。引き続きよろしく申し上げます

定期健康診断について

- 定期健康診断結果を載せた「のびのび」を本日全校児童に配布しました。中をご確認いただき保護者印欄に押印を忘れずをお願いします。確認していただきましたら、7月15日(金)までに学校に提出をお願いします。

試用品「セノビー」、熱中症リーフレット「水分補給を忘れずに」、社会を明るくする運動より「除菌アルコールスプレー」を配布しました。ご家庭でご活用ください。3種類が、1つの袋に入っています。除菌アルコールスプレーは口に入れないでください。