

ほけんだより 5月

5月に入り、体調不良やけがで保健室に来る児童が増えているように感じます。
4月から蓄積された疲れがでてくる頃かと思います。忙しい毎日ですが、
体を休ませてあげる時間を積極的に作ってもらえたらと思います。

お風呂に入ると、
ぐっすりねむれるよ



5月の保健行事

5月のほけんぎょうじ

詳細は、児童に配布したプリントに掲載してあります。

こんな日は 熱中症にご用心

湿度が高い日



急に暑くなった日



風が弱く、日ざしが強い日

体がまだ暑さに慣れていないこの時期、
急な運動をすると熱中症の危険があります。

- こまめな水分補給
- タオルで汗をふく
- 帽子をかぶる



今からしっかり対策しましょう

清潔検査にご協力をお願いします！

つめ (毎週火曜日)

つめの間にゴミが入ると、
取りにくく不衛生です。
また、友達を傷つけてしま
うなど、けがの原因にもな
ります。

ハンカチ・ハナカミ (毎週木曜日)



手を洗った後、ぬれたままにしていると、
手にばい菌や汚れが付きやすくなります。
また、ぬれた手で髪をさわったり、服で手
をふいたりするのもやめましょう。違う汚
れが付いてしまいます。

病気を予防し、清潔の気持ちよさを感じられるようになるために、お子様へのお声かけをお願いします！