



令和2年7月 熊谷東小学校 保健室

毎日暑くなってきましたね。
 最近、登校するだけで汗をかいている人を見かけます。
 汗をかくのは良いことですが、暑いときに大切なのは、「水分ほきゅう」と「汗のしまつ」です。みなさんは、しっかりできていますか？

水分補給

じやーん

いっきにのますにすしずつ

ポケットに
いつでもハンカチ
(汗ふきタオル)

フーあつこ

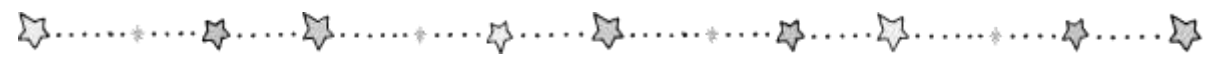
汗はこまめにふく!

しないと...

あたまいたい～い
きもちわる～い
だるい～

しないと...

あせも
かゆ～い
バトバト～
ガラガラ～
かせひきー
ハクション!!



早退の目安について

現在、感染症拡大防止のため、次のいずれかに当てはまる場合は、保護者の方のお迎え(早退)をお願いしています。
 感染症拡大防止のため、ご理解・ご協力をお願いいたします。

- (1) 体温が平熱であっても、児童本人が、体調不良を訴えている場合
- (2) 児童本人が体調不良を訴えていなくても、体温が37.0°以上で、平熱よりも高い場合



視力検査のお知らせ

めがねを持っている人は、めがねをかけて検査します。
 検査の日は、必ずめがねを持ってきてください。



1年生… 7月16日(木)	2年生… 7月15日(水)
3年生… 7月10日(金)	4年生… 7月14日(火)
5年生… 7月13日(月)	6年生… 7月6日(月)
なかよし… 7月17日(金)	



夏を健康に
過ごそう!

熱中症

むりな禁物!
ひと休みしよう

胃腸の機能低下

冷たいもの
とりすぎに注意!

冷房病

タイマーを活用して
冷えすぎに注意!

これから、もっと暑くなる事が予想されます。
 こまめに水分ほきゅうをして、毎日元気にすごしましょう!