

ほけんだより5月



R7.5.1

No.2 羽生東小学校 ほけんしつ

お茶



「夏も近づく 八十八夜〜」で始まる歌を知っていますか? 「八十八夜」とは、暦の上で春が始まる立春(節分の翌日)から数えて88日目のこと。毎年5月2日

ごろが「八十八夜」にあたります。初夏の風がこころよい時季ですね。「八十八夜」は昔からお茶の新芽をつむ目安とされてきました。お茶にはお茶カビ予防、口臭予防、整腸作用、かぜ予防などに効果的な成分が含まれていると言われています。

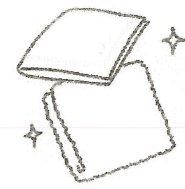
たまには、ゆっくりお茶を飲んでいびも体も元気にすごしましょう!!



保護者の方へ

健康診断結果の確認を...

健康診断の結果をお返しいします。学校の健康診断は、医療機関の受診や治療が必要なかもしれないケースを見出すもので、すぐに病気と診断されるものはありません。お子さんの健康について知るための大切な手あかりです。きちんと結果をチェックし、健康維持に役立ててください。また、受診やくわしい検査をすすめるお知らせが届いたら、すみやかに受診をお願いします。



「忘れて!」

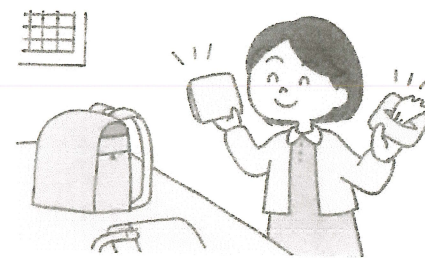
☑ハンカチ や ☑タオル



手を洗ったあと、せっけんはハンカチやタオルで手をふいていますか? 保健室で「ハンカチを持っていますか?」と聞くと「持ってきていません。」とか「教室にあります。」という答えがしつこう返ってきます。

せっかく手洗いでバイ菌をやごれをおとしたのに、ぬれたまま洋服で手をふいたりすると、別のおごれがついてしまい手洗いの効果がたふたふたしてしまいます。

これから暑くなって汗をかいたときもハンカチやタオルがあると便利です。朝出かける時には忘れず身につけるようにしましょう。



注意

暑さ注意報

暑さ対策

通気性のよい服や下着で調節

帽子で直射日光を避ける

こまめな水分補給

タオルで汗を拭く

疲れたら休む



白差しがきつく暑い日が多くなってきました。

しっかり対策をして熱中症を予防しましょう!!