

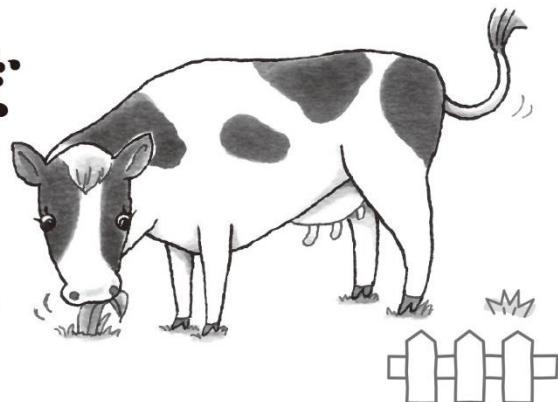
2021年5月1日 大阪市立弘済小学校 ほけんしつ

ナゾトキの丘

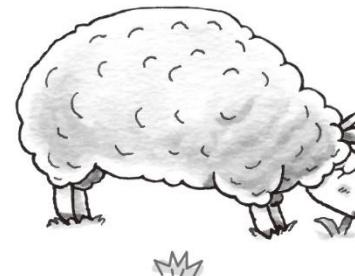
気をつけたい 3 つのこと

① 日差しがだんだん
きつくなってくるよ。
外に出るときは
をかぶろう。

ぼ



ここは「ナゾトキの丘」。あたたかくなってきたこの時期に気をつけたいことは何かな? 動物たちのヒントを見て、に入る文字を考えよう。



つ



ヒント

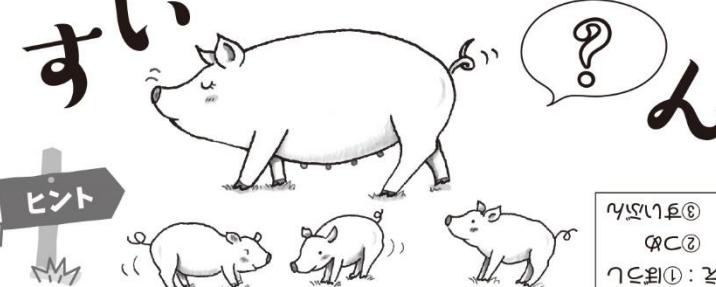
② がのびていると
友だちにケガをさせるかも。
手のひらから見えたら
切るサイン。

③ そろそろ熱中症にも
注意が必要。
こまめに補給
をしよう。

す



ヒント

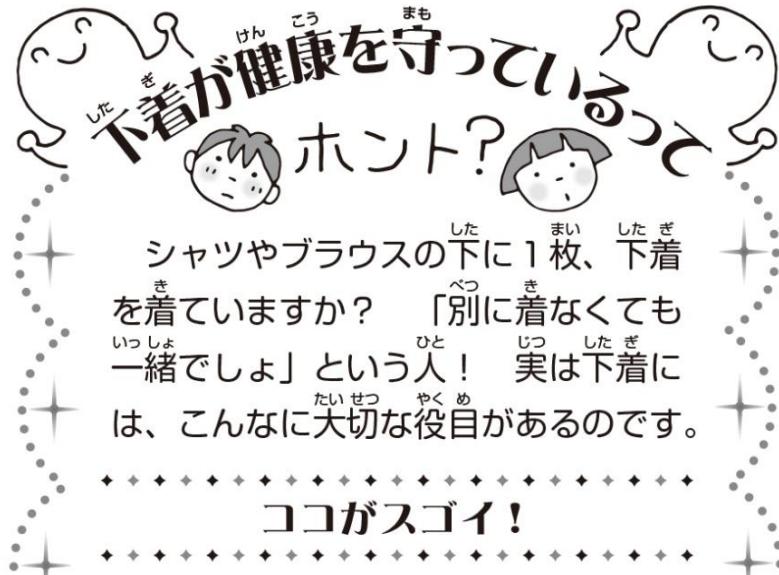


おひこ(①)
おひこ(②)
おひこ(③)

新学期が始まって一か月が経ちました。学校生活はどうでしょうか? まだ、体調をくずして保健室に来る子は少ないですが、小さなけがは多いですね。どうしてこのけがをしてしまったのか、先生は必ず聞いています。自分自身で振り返ってみて、次からは気を付けようと考えられるきっかけになればいいですね。新型コロナウイルスに関しては、緊急事態宣言が発令され、まだまだ油断できない日が続きます。一緒に乗り越えていきましょう!

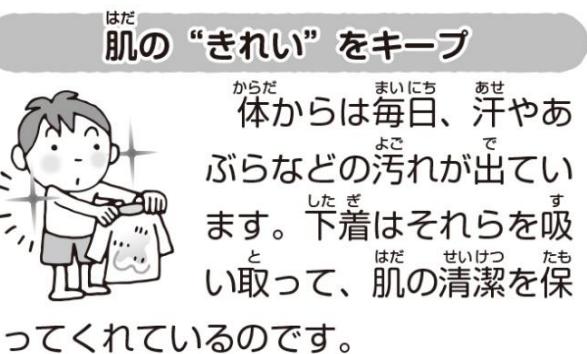


「喉が渴かないから飲まない」そういう思っている人はいませんか? みんなの体の70%以上が水分でできています。汗だけでなく、おしっこやうんちを出すときや、息をするときも、体の水分は出ていきます。体の水分が少なくなると、体調が悪くなってしまいます。なので、喉が渴かなくても水分をとるようにしましょう。一気に飲み物を飲んでも、うまく吸収できません。少しずつ、こまめに飲むようにしましょう。



シャツやブラウスの下に1枚、下着を着ていますか? 「別に着なくても一緒でしょ」という人! 実は下着には、こんなに大切な役目があるのです。

ココがスゴイ!



体からは毎日、汗やあぶらなどの汚れが出ています。下着はそれらを吸い取って、肌の清潔を保ってくれています。

