

# ほけんだより 7

2023年7月3日 大阪市立弘済小学校 ほけんしつ



- からだ
- ・栄養不足
- ・体調不良
- ・脱水状態  
(下痢など)

- 行こう
- ・激しい運動
- 動こう
- ・慣れない運動
- ・水分をとってない



- 環境
- ・気温(室温)、湿度が高い
- ・日差しが強い
- ・風が弱い
- ・急に暑くなつた

はやいものあと2週間で1学期が终わります。1学期は検診がたくさんありました。みなさんの協力のおかげでスムーズに終えることができました。2学期にもいくつか検診があるので、そのときもご協力よろしくお願ひします。

気温がぐんぐん上がってきます。夏本番のシーズンがやってきます。こまめにお茶を飲んだり、休息をしっかりとって、熱中症にならないよう気を付けましょう。

