



大阪市立平尾小学校

プールが始まりました。水泳学習は体力を使います。朝ごはんをしっかり食べて来るようにしましょう。また疲れがたまらないように、夜は早く寝るようにしましょう。



ぜんこくしょうがくせい は たいかい 全国小学生歯みがき大会がありました。

6月4日、今年も5年生の全国小学生歯みがき大会があり、教室で動画を見ながら、歯と口の健康について学びました。

「歯垢の正体は細菌のかたまりだ！」歯垢を顕微鏡で拡大した映像にウヨウヨと動く細菌が…!! 5年生が「うわ〜!」と声を上げていました。歯肉炎についても学び、歯ブラシとデンタルフロスの実習を行いました。「歯垢は細菌のかたまり」と知った5年生たちは、真剣に鏡を見ながら一生懸命みがいていました。

ほごしゃ かの 保護者の方へ

ていきけんこうしんだん お じゅしん し とど かの はや いるよう 定期健康診断が終わりました。受診のお知らせが届いた方は、早めに医療

きかん じゅしん じゅしん けつか がっこう ていしゅつ ねが 機関を受診してください。また、受診の結果を学校にご提出 お願いします。

ねっちゅうしょう ちゅうい 熱中症に注意しましょう

危険!
熱中症が
起りやすい
条件




か
ら
だ
・栄養不足
・体調不良
・脱水状態
(下痢など)

行
動
・激しい運動
・慣れない運動
・水分をとって
いない

環
境
・気温(室温)、
湿度が高い
・日差しが強い
・風が弱い
・急に暑くなった



ねっ ちゅう しょう 熱中症 重症度と対応

| 軽症 | 中等症 | 重症 |
|---|---|---|
| めまい、立ちくらみ、生あくび、筋肉痛、こむら返り ※意識ははっきりしている | 頭痛、吐き気・嘔吐、のだるさ、判断力の低下 | 意識がない、受け答えがおかしい、けいれん発作 |
|  |  |  |
| 水分・塩分をとらせ、様子を見守る | 自力で水が飲めないときは119番 | ただちに119番 |
| 重症度にかかわらず、涼しい場所に寝かせて体を冷やします。 | | |
| もし体調不良の子がいたら、すぐに大人に知らせましょう。 | | |

フールの学習がはじまりました。大きめの水とうに、たっぷりの水分をご準備をお願いします。