



優秀校に選ばれました

6月に入り、暑くじめじめした日が続いていますね。天候が変わりやすいこの時期は体調を崩しやすくなります。また、梅雨の時期は、食中毒や熱中症、けがや事故が起こる可能性が高くなるので十分に注意してください。梅雨に負けないように、日々の生活を見直して、健康に過ごしましょう。



梅雨の時期の生活

こんなところに気をつけて！

その1 食中毒に気をつけよう

買った食材はなるべく早く冷蔵庫に入れ、料理をするときや食事の前には必ず手を丁寧に洗って清潔なハンカチで拭きましょう。また、食べ物を暑いところに置いたり、長時間持ち歩かないように注意しましょう。

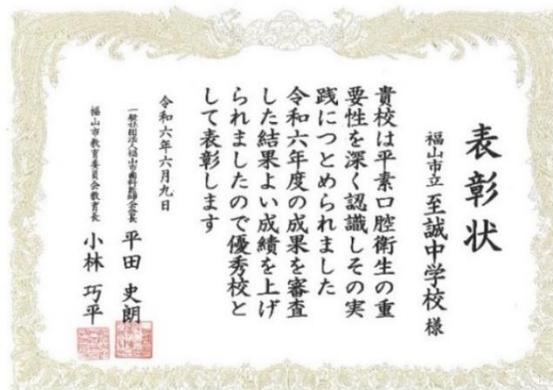


その2 事故やけがに気をつけよう

雨が降ると道路が濡れて滑りやすくなります。登下校中の自転車の運転は、スピードを出し過ぎないようにしましょう。また、歩いているときは、傘をさすと前が見えにくくなるので、周りや足元に注意しましょう。

その4 熱中症を予防しよう

暑い時期は1日に1L~1.5L以上の水分を補給する必要があります。水分補給には、ノンカフェインでミネラルが含まれている麦茶か水で割ったスポーツドリンクがおすすめです。普段の食事もしっかり食べて、水分と栄養を補給しましょう。



生徒のみなさん！
おめでとうございます



保護者の皆様

いつも学校教育にご協力いただき、ありがとうございます。今回の受賞は、日々のご家庭での生活習慣に関わる指導や、子どもたちの健康意識の高さによって受賞する事ができたのだと思い、とても誇らしく思います。これからも、子どもたちの健康管理にご協力をお願いいたします。

スクールカウンセラー来校日

6月18日(火)	10:50~16:45
7月 2日(火)	13:00~16:45
7月 9日(火)	10:50~16:45
7月16日(火)	9:30~12:45

相談を希望する人は、担任、養護教諭、その他頼みやすい先生に、カウンセリングを受けたいということを伝えてください。保護者の方からの予約も受け付けています。