

げんきっ子7がつ

令和5年7月3日

三高小学校

三高げんきっ子カードのチャレンジがおわりました。

みんな、とてもがんばっていました。

これからも、きそく正しい生活をして、元気にすごしましょう。

NTU(ねる・たべる・うごく)



7月の保健目標

ねっちゅうしょう よぼう 熱中症を予防しよう

- ・こまめに水分補給をしましょう。
- ・涼しい服をきましょう。
- ・帽子をかぶりましょう。
- ・しっかり睡眠をとりましょう。
- ・朝ごはんは必ず食べましょう。



7月の安全目標

じてんしゃ 自転車のきまいを守ろう

- ・ヘルメットはあごひもを締めきちんと着用しましょう。
- ・二人乗りは絶対にしてはいけません。
- ・片手運転など危ない乗りかたはしません。
- ・一列で運転しましょう。二列禁止。
- ・電灯をつけて走りましょう。
- ・信号は必ず守りましょう。



むし歯の治療は終わりましたか!

むし歯は、放っておいてもなおりません。
まだ治療が終わっていない人は、できるだけ早く、歯医者さんに行ってくださいね。



7月の保健行事

4日 歯の保健指導(3年)

7日 グループカウンセリング(6年)

12日 身体測定(1・2年)

13日 身体測定(3・4年)

14日 身体測定(5・6年)

新型コロナウイルスや夏風邪が流行しています。

なぜかな?と思ったら?

新型コロナウイルスに感染している場合もあります。高い熱がでない場合もあります。風邪気味な時は、いつも以上にこまめに手洗いや換気をしましょう。せきがひどいときは、マスクもしましょう。



新型コロナウイルス感染症がなおったら?

とおかかん ますく ちゃくよう まわり ひと
10日間はマスクを着用し、周りの人にうつさないよう配慮しましょう。



ヘルパンギーナという夏風邪が江田島市内でも流行しています。また、咽頭結膜熱という夏風邪も広島県内で流行しています。熱が出て、のどがいたかったり、口の中にぶつぶつができたり目が赤くなったりしたら、病院で見てもらいましょう。その他にも、手足口病という病気もあります。また水いぼにも注意しましょう。

休み時間は外で遊ぼう!

暑くない日は、外に出てしっかりからだを動かして、元氣なからだをつくりましょう。