



半田市立岩滑小学校
令和7年度7月号

ただ せいかつ 7月の保健目標 きまり正しい生活をしよう

たの なく す 楽しく夏を過ごすためには「早寝早起き朝ご飯」が大切です。暑い夏は、からだ つか 体も疲れやすいです。ぐっすり眠れば、朝はすっきり起きられます。朝ごはん おいしく た 食べることができ、午前中 から元気に活動できます。夏を元気に過ごすために「早寝早起き朝ご飯」を心がけましょう。



がっこう ほけん いんかい ねっちゅうしょう よぼう 学校保健委員会「熱中症を予防しよう!」

ち た はんとうそうごう いりょう 知多半島総合医療センターから看護師の岩崎さんに来ていただき、熱中症の予防方法について学びました。水分補給の大切さや体を冷やす方法について学びました。気温だけではなく、湿度が高いことも熱中症に関わると知ることができました。ジメジメした日が続いています。学んだことを生かしてこまめに水分をとみましょう!



ほけん いん じ どう 保健委員の児童は、お話を聞いて学んだことを大切な人に伝える「命を守る手紙」を書きました。自分たちが学んだことをおうちの人など身近にいる大切な人にも伝えて、みんなで元気に過ごせると幸せですね。

5年生「はみがき大会」

6月に5年生はLIONのはみがき大会に参加しました。歯ブラシだけでは、歯の汚れは6割しか落とせず、デンタルフロスを使うことが大切であると学びました。



先生たちの勉強「救急法」

水泳指導が始まる前に、先生たちも救急法の勉強をしました。消防士さんを講師に、溺れた人の引き上げ方や心肺蘇生の方法を学びました。

岩滑小学校のAEDは職員玄関にあります。水泳の授業があるときは、プールの管理室にAEDを運んでいます。みなさんも知っておいてください。



落雷から身を守ろう



積乱雲が発達する夏は天気の変化に注意が必要です。「急に周囲が暗くなる」「冷たい風が吹いてくる」「雷鳴が聞こえる」などは、積乱雲が近づいており、まもなく激しい雷や雨が降る恐れがあります。落雷から身を守るため、すぐに鉄筋コンクリートの建物や車の中に避難しましょう。近くに逃げ込む場所がない場合は、雷が落ちやすい木からは4メートル以上離れ、「雷しゃがみ」(姿勢を低くする・足をそろえてつま先立ち・耳をふさぐ)をするようにしましょう。

夏も肌着を着よう

肌着は汗や汚れを吸い取って、肌を清潔に保ってくれます。肌着を着ていないと、長く汗が残ったままになり、べたついて匂ったり、汗が蒸発しにくくて体温も下がりがづくなります。汗をよく吸い、すぐ乾く素材の肌着を着ると、涼しく快適に過ごせます。

