

# すこやか7月号

がつごう

がつよう か  
7月8日 七条第三小学校  
校長 土田 圭子  
養護教諭 工藤 聖子



全国的にコロナの感染者数が増えています。毎日の手洗い、うがい、検温、マスクの着用をしっかり行ってもらっています。続けていきましょうね。毎日雨続きで、足元が滑りやすく危険な状態ですね。気をつけて登校してくださいね。

「ガヤガヤ」  
ひととちかくはなに人と近づいて話すこと



「ムンムン」  
しめきったへや・たのもの

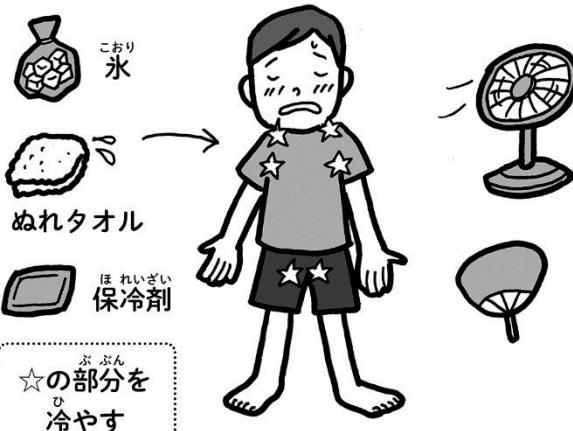


「ギュウギュウ」  
ひと人がたくさんいる場所



熱中症にならないために

気温が高く、頭痛を起こす人が増えています。  
水分補給をこまめに。あせを大量にかいだ時には塩分も一緒に補給しましょう。



☆の部分をひ冷やす

## 「食中毒注意報」発命中！

梅雨から夏にかけての気候の特徴である「高温・多湿」は、細菌が繁殖しやすく、食中毒事が頻発する好条件。こうした菌を食べ物に寄せ付けないためには……

つけない  
手・調理器具・材料を洗う

ふやさない  
作ったら早めに食べる

やっつける  
食材にしっかり火を通す

生活がんばり表の結果が出ました。

6月1日から14日までの期間行ってもらった、生活がんばり表です。朝食はほぼ全員の人が摂っていました。寝る時間が全体的に遅くなっていました。はみがきは高学年より低学年がしっかりと行っていることがわかりました。夏休みも生活がんばり表を配ります。早寝、早起き、朝ごはんをもとに、生活リズムを整えましょう。

## 虫にさされたときは

①さされたところに虫の針や毛が残っているときは、毛抜きやガムテープなどでとります。

②毒が出せそうなときは、さされたところのまわりを指でつまんで出します。

③石けんでていねいに洗って、水道水でしっかりと流します。

④もしもはれやかゆみがあるときは、冰などで冷やします。

かゆくとも、かかないようにしましょう。爪を短く切っておくといいですね。

保護者の方へ

明日はほけんの日です。歯について各教室で話をします。コロナの関係で学校での歯磨き指導ができません。今まで学校で行っていました、染出しの錠剤と使用方法の用紙を持ち帰らせます。お手数ですが自宅で染出しを取り組んでみて下さい。チェックシートに赤く染まった部分を記入して、お子様に持たせてください。また歯科検診は2学期となりますので、歯が痛くなった場合、かかりつけの歯医者で受診して下さい。普段からご家庭で、仕上げ磨きをしていただけたらと思います。よろしくお願ひします。