

えがお

藤沢市立御所見小学校 保健室
児童のみなさんへ No.5 2020.6.26

梅雨ですね



あうちのひと、いっしょにやめよう!

かんとうちほう こんげつ つゆい
関東地方も、今月、梅雨入りしましたね。

ことし つゆ おおあめ あつ ちやうい
今年の梅雨は、大雨と暑さに注意とのことです。

あめ じゅんみ ながい
・雨にぬれない準備 カサやレインコート、長ぐつなど

あめ じゅんみ した
・雨にぬれてしまったときの準備 タオルや、くつ下のかえなど

あつ たいさく ようふくえら
・暑さ対策 洋服選び、ネッククーラーなど

…が、必要になります。

あめ み
また、雨でカサをさすと、まわりが見えにくくなる場合があります。
み こうつう まも あんぜん とくげう
まわりをよく見て、交通ルールを守り、安全に登下校しましょう。



きおん ひく ひ ようふく
気温が低い日もあるので、洋服で

ちやうせつ
調節できるようにしましょう。

すず ひ うわぎ ながい てい
涼しい日は、上着や長そでTシャツを!!

かたつむりには、会いましたか? つい、さわりそ遊びたくなる人も多いですね。
でも、かたつむりが原因となる病気があるので、さわりたう必ず、せっけんて手洗いを。

新しいルール、守ろうね!

けんめい まも あたら
みんなの健康を守るための新しいルールです。

ひとり じぶん
一人ひとりが、自分のできることをやっていきましょう!

あつ いき ねっちやうはうまう
☆暑くて、ムシムシする時期は、熱中症予防のために

そと かつどう どうげんちやう かばう
外で活動するとき、登下校中のマスクを、必ず

しなくてもよいことになりました。



でも...マスクをとったら

まわり ひと きょり
・周りの人との距離をとりましょう。

・おしゃべりません。

てん
この2点はわかりませんから、気をつけましょう。

からだに
不調はないですか?

よる おそくまで起きている人と
よく会います...

はやねはやあ あさ あさ せいり
“早寝早起き・朝ごはん・朝うんち”で生活リズムを

ととの
整えていきましょう! 暑さに負けないように!!