



あつ ほんかくてき じゅうぶん すいみん すいぶん
暑さが本格的になります。①「十分な睡眠」、②「こまめに水分をとる」、③「ぼうしをかぶる(かさを差す)」④「風通しのいい服を着る」に気をつけて、熱中症を予防していきましょう。

がつ かんせんしょう で てあら
6月もいろいろな感染症が出ました。手洗いをこまめにし、ハンカチもポケットからすぐに出せるようにして、体を清潔に保つようにしましょう。



ユースト! バスターズ!

夏の学校に
←たら妖怪たちが現れて
学校みんなが
←たらになっちゃった!
それぞれの妖怪に合った
正しい生活攻撃で
退治しよう!

←たら妖怪をやっつけろ

正しい生活攻撃はどれかな
選んだ攻撃の数字を ☐ に書いてね

1	ゲームは時間を決める
2	早 寝
3	お手伝いをする
4	早起き
5	外で遊ぶ
6	朝ごはんを食べる
7	手を洗う
8	病院に行く

夜ふか死神

夜ふかしばかりしている死神

とりつかれると...

夜ふかして寝不足になり
授業中に寝てしまう

A ☐

朝寝ぼ牛鬼

朝寝坊する牛鬼

とりつかれると...

朝起きられなくなって
学校に遅刻する

B ☐

朝ごはんぬキジムナー

朝ごはんを食べないキジムナー

とりつかれると...

朝ごはんを食べなくなって
力が出ない

C ☐

手を洗わな一本だたら

絶対に手を洗わない一本だたら

とりつかれると...

手を洗わなくなって
病気になりやすくなる

D ☐

お手伝いしな一反木綿

お手伝いを一切しない一反木綿

とりつかれると...

全くお手伝いをしなくなり
おうちの人が怒られる

E ☐

病気放ちょうちんおばけ

病気でも病院に行かないちょうちんおばけ

とりつかれると...

病院に行かなくなり
ケガや病気が悪化する

F ☐

ごろごろくろ首

一日中ごろごろしているろくろ首

とりつかれると...

毎日ごろごろしてしまい
体力が落ちる

G ☐

ずっとゲーむじな

一日中ゲームをしているムジナ

とりつかれると...

ゲームをやめられなく
なって目が悪くなる

H ☐

イラスト・文 引用: 雑誌「健」

熱中症の症状

軽症 → 重症

立ちくらみ・めまい
足がつる など

頭痛、吐き気・嘔吐
だるさ など

たおれる、意識がなくなる
体のけいれん、汗がかけない など

おうちのかたへ

★マイコプラズマ肺炎・プール熱・手足口病・流行性耳下腺炎・溶連菌感染症・流行性角結膜炎・インフルエンザ等、様々な感染症が出た6月でしたが、これらの感染症はいつ発症してもおかしくありません。「十分な睡眠」「手洗い・ハンカチの持参」「換気」で、暑い7月を乗り切ってほしいです。

★ご家庭でのけがも多かった6月でした。学校生活でも安全な暮らしが送れるように指導していきます。ご家庭でもお子様と「登下校の仕方や放課後の過ごし方について」もう一度確認をお願いします。

時間を決めよう

スマホやゲームの