



令和5年6月15日
大泉町立西中学校
保健室

6月は梅雨の時期ですね。道端のあじさいがきれいに咲いているのを見て、嬉しい気持ちになります。

気温・湿度が高い日が多くなってきました。この時期は、足もとがぬれていてすべって転んでしまったり、食べ物が傷みやすく食中毒が心配されたり、さらには熱中症も起こりやすくなるなど、注意がたくさん必要な時期です。雨がずっと気持ちの下を向いてしまいがちですが、元気に乗り切りましょう。

プールが始まります

いよいよ水泳学習が始まります。

元気に活動するためにしっかり準備をしましょう。

- ☐ 爪は短く切りましたか？
- ☐ 前日はしっかり眠れましたか？
- ☐ 朝ご飯は食べましたか？
- ☐ 体調は悪くないですか？
- ☐ 目・鼻・のど・耳に異常はありませんか？

プールは楽しい反面、危険とも隣り合わせです。ちょっとした油断が事故や大きなケガにつながります。先生の指示をよく聞き、プールでの約束・ルールを守りましょう。



今年度 SSW（スクールソーシャルワーカー）の先生が来校されます。



関山朋恵です。
よろしくお願いします。

SSW とは… School Social Worker の略でみなさんが毎日の生活の中で抱えている様々な問題の解決を図るお手伝いをする専門職の先生です。学校、家庭、地域で暮らしやすい生活の支援をはじめ、福祉制度の活用などを通しみなさんの支援を行っていく先生です。SSWの先生に相談を希望する方は、学校（担任）へご連絡ください。

◎来校日は…

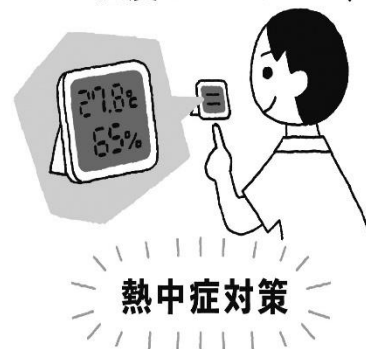
6/27、7/10、9/11、10/2、
10/16、11/6、11/27、
12/11、1/15、1/29、2/5、
2/26 となります。

熱中症に気をつけよう！

6月12日（月）に外部の講師をお招きし、熱中症予防対策講座を実施しました。熱中症になる仕組みや症状、予防方法など、熱中症についてわかりやすくお話して下さりました。

熱中症を身近に感じた生徒が多く見受けられました。暑さに慣れていないこの時期、特に注意が必要です。積極的な水分補給だけでなく、規則正しい生活習慣、適度な運動を心がけ、熱中症を予防しましょう。

湿度もチェック👉



みんなの感想から

熱中症が危険なものだと改めてわかった。

今回学んだ知識を活かしてしっかりと予防していきたい。

熱中症になる人は意外にも多く、自分になってもおかしくないと思った。

こまめに水分補給をしたい。

誰でも熱中症になる可能性があるから、他人事ではなく自分も気をつけなければいけないと思った。

自分や他の人が熱中症になったときにすぐに対応できるようにしたい。

7つのまちがいさがし

