



☆ 6月・水無月・水張月



毎日 スッキリしないお天気が続いています。6月は水無月（水の月）、また、水張月（田んぼに水を張る月）と言われているそうです。（諸説ありますが。）水とえば、水泳指導も始まっています。天候の影響で入れない日もありますが、とても楽しみにしている児童も多いです。後、1ヶ月足らずで夏休みも始まります。1学期のまとめの時期、子ども達にエールを送っていただきますようお願いいたします。（^）/

☆ 宇智っこの様子（6月） 6月 22 日現在

☆ 熱中症にご注意

☆ 6月はじめは、朝晩気温が低い日もあり、風邪症状の人や寝冷えと思われる腹痛の人がいます。また、虫刺されの人が少し増えています。

【感染症】 りんご病 5人

【病院へ行ったけが】 2件



熱中症の発生は、梅雨の晴れ間で、突然気温が上昇した日や梅雨明けの蒸し暑い日等、体が暑さに慣れていない時期におこりやすいです。**熱中症になると、手足がしびれたり、頭痛やめまいがしたり、ひどくなると意識がなくなる**こともあります。登校時や出かけるときは、**帽子とお茶を必ず持たせてあげてください。**



☆ けんこうは、たからもの（3年生）

先日、3年生で「けんこうな生活」についての学習をしました。その中で、「けんこう」ってなんだろう。「けんこうにすごすためにはどうしたらいいのだろう」ということを。グループで考え、発表し合いました。子ども達から、たくさんの意見や健康にすごすためのよいことが、たくさん出されました。その一部を紹介します。

けんこうって



- ・明るくとてもげんきなこと
- ・朝 うんちがでること
- ・調子がいいこと
- ・整理されている心
- ・病気になるない体
- ・明るい心
- ・朝 早起きができる体 等々



けんこうにすごすために

- ・つかれている体を休める
- ・お風呂に入ってゆっくりする
- ・早ね。早起き・朝ごはん
- ・しっかり運動する
- ・ゲーム・テレビの時間を決める
- ・ゲームばかりせず、外で遊ぶ
- ・やさしくする 等々



その後、一人一人が健康に過ごすためのめあてをひとつ考えました。健康に過ごすための方法がたくさんでしたが、どれも納得できるものばかりでした。出された方法が実践に繋がるようおうちでも声かけをお願いします。また、おうちでも健康について話し合ってみて頂ければと思います。

☆ すこやかチェック お世話おかけしました。

第1回目のすこやかチェックのご協力ありがとうございました。子ども達も、それぞれにめあてを持ってスタートしてくれたと思います。集計は次回のすこやかでお知らせします。



