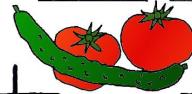
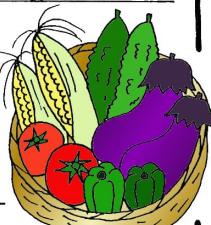


貝塚市立北小学校 保健室

平成26年7月1日 発行

7月に入り、気温もグングン上がってきたました。まだつゆと
いうことで、湿度も高く、こんな時は熱中症
になりやすいです。気をつけて下さいね。
1日から、学校水泳が始まります。
体調をととのえておきましょう!!



7月のほけんもくひょう

夏の健康に
気をつけよう

夏の3大休調不良



いわゆる夏カゼにならないために、手洗い
が大切。また、熱・嘔吐・下痢などの
症状があるときは、しっかり水分補給を!!



フラフラする、頭痛、吐き気などがおこり、
もっと症状が重くなると、意識ががなくなる
こともあります。しっかりと水分をとりましょう!!



なんとなくだらり、やる気がでない…。
そんな人は夏バテかも。栄養のある食事、
しっかり取ることで、夏バテを防ぎましょう!!



の健康について考えよう!!

6月19日、児童朝禮で、給食・保健委員会が「歯の
健康について考えよう」というテーマで発表を行いました。
給食・保健委員会の出すクイズに、北小のみなさんご賛え、
熱しみながら、歯について学ぶことができました!!

