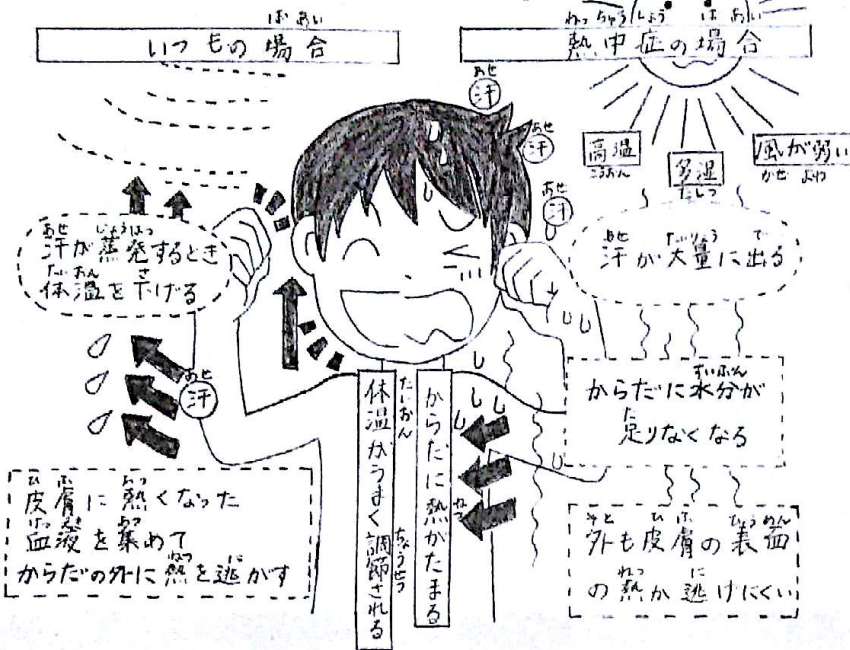


ほけんだより

貝塚市立中央小学校

2017年 6月

ね、ちやうしやう 熱中症はなぜおこる?



熱中症になると...

- めまい
- 立ちくらみ
- しびれ
- 頭が痛い
- 吐き気
- ふうつく
- 力が入らない
- こける
- 立ち上がれない
- からだに触ると熱い



これからどんどん暑くなってきます。
熱中症にならないために次のことに気をつけよう!



ぼうしをかぶる



こまめに水分をとる



無理をしない



ぐすり眠る

みなさん、三週間ありがとうございました。
短い間でしたが、みなさんのおかげで、楽しい笑顔をすることができました。ろうかや保健室で声をかけてくれた人がたくさんいて、とてもうれしかったです。
みなさん、くれぐれもけがや病気のないように気をつけて、これからも楽しい学校生活をすごしてください。 鳥井真奈

