



ほけんだより

琴芝小学校

保健室 9月号

なが なつやす たの す
長〜い夏休み、みなさんは楽しく過ごせましたか？だらだら、ごろごろと過ごした

ひと
人はいませんか？スポーツの秋ですが、今年は暑く^{あき}て熱中症^{ねっちゅうしょう}が心配^{しんぱい}ですね。



「楽しむ」のが、スポーツです！

みなさんは、「スポーツの意味とは、何でしょう？」と聞かれたら、何て答えますか？

し あい か こと あいて たたか こと つよ こと
「試合に勝つ事」「相手と戦う事」「強くなる事」・・・それだけでしょうか？

スポーツには「楽しむ」という意味も含まれています。そうはいつでも、運動が苦手

ひと
な人は、スポーツなんて全然楽しめない！と思うかもしれません。

く かえ れんしゅう こと ぜんぜん こと すこ
繰り返し練習する事で全然できなかった事が少しでもできるようになるのは、とて

も「楽しい」事です。「できなかった事ができるようになった！」という自信がついて

きます。それは、体力や運動能力と同じくらい、あなたを支える大きな力となるはず

か ま けっか さいご
勝ち負けという結果は、最後についてくる「おまけ」のようなもので、それが一番の

もくてき
目的ではありません。今年度はとても暑いですが、「熱中症0人」をめざして「楽し

く」スポーツを頑張^{がんば}りましょう。

お子様と一緒に読んでください



熱中症予防についてのお願い

本校は、毎日暑さ指数を調べ、危険度に合わせて呼びかけをしています。児童の下駄箱に3か所張り紙をしています。中間タイムや昼休み前後には放送を入れ、危険度に合わせて休み時間を短くしています。

児童たちは、放送をよく聞いていて遊び時間より前に教室に入ってくれます。

これから運動会の練習も始まり、児童の体調管理には十分留意しながら練習を進めてまいります。今年は例年以上に熱中症が心配されます。

つきましては、ご家庭におかれましてもご協力をよろしくお願いいたします。

- ①朝食を必ず食べて登校しましょう。
- ②水筒を必ず、持ってきてましょう。
- ③汗拭きタオル・帽子も持ってきてましょう。
- ④夜は、早く寝て十分に睡眠を取りましょう。



フッ化物洗口について

フッ化物洗口についての希望調査プリントを9月3日にお配りしました。

希望については、各ご家庭にお任せします。なお、希望したらずっと続くのではなく、学年途中での変更も可能です。金曜日当日、体調不良の時も見合わせる事ができます。その際は、担任にお申し出ください。

10月実施ですが、それまでにご家庭で「ぶくぶくうがい」ができるかどうかの確認をお願いします。

※本プリントは、9月10日（月）までに担任にご提出ください。

