

オンライン朝会「熱中症を予防しよう」4/21

急に暑い陽気になってきました。気持ちの良い、すがすがしい気候ですが、この時期は「熱中症」に気を付ける必要があります。

それは、みなさんの体がまだ暑さに慣れていないからです。油断して「まだ大丈夫だろう」とか「まだ平気だろう」と思わず、いつも「大丈夫かな?」「平気かな?」と考えるようにしてください。

学校では、特に次の2つを守ってください。



帽子をかぶる



こまめに水を飲む

- 1 休み時間や授業で、外に出る時は帽子をかぶります。
登下校の時も帽子をかぶります。

- 2 こまめに水を飲みます。

体育の授業など、先生の指示があった時は、必ず水を飲みます。

でも、授業中、机の上に水筒を置いてはいけません。

自分の体は、自分で守ります。

熱中症予防をしながら、これからも外で元気に遊んでください。