

すこやか通信 7月号

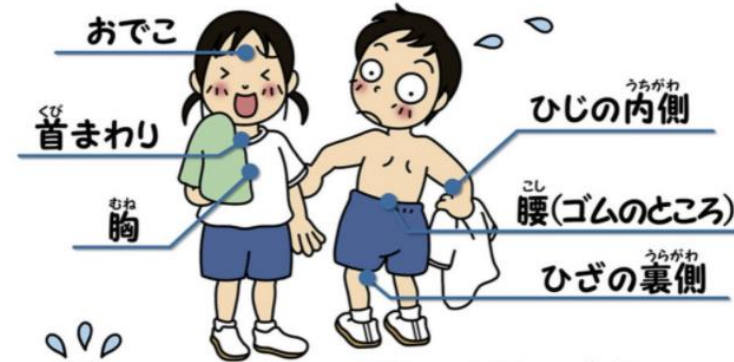
あせ 汗、こまめにふこう

武生東小学校
R6.7.1

ねっちゅうしょう き 熱中症に気をつけよう。

暑い日が増えてきました。みなさんは WBGT (暑さ指数) という言葉を聞いたことがありますか? WBGT は、熱中症のなりやすさを示すもので、気温や湿度、ふく射熱 (日射しを浴びたときに受ける熱や、地面、建物、人などから出ている熱)、風によって決まります。この WBGT は「環境省熱中症予防サイト」で確認することができます。昨年の熱中症の発生場所の約4割は住居だったそうです。学校だけでなく、お家での熱中症対策にも活用しましょう。

WBGT(暑さ指数)	
31℃~	危険
28℃~ 31℃	★ げんじゅうけいかい 嚴重警戒
25℃~ 28℃	けいかい 警戒
21℃~ 25℃	ちゅうい 注意
~21℃	あんぜん ほほ安全



汗にふくまれる塩分・尿素・雑菌は あせも・肌荒れ・ニオイの原因に…

汗は、体温が高くなりすぎないように調節する大切な働きをしている一方で、放っておくと、肌トラブルの原因になります。清潔を保てるように、汗をふくタオルを持ってきましたよう。

熱中症に注意

この時季は自分のことはもちろん、友だちのことも注意して見てね。



★ げんじゅうけいかい 嚴重警戒を超えると、熱中症になる人が急激に増えます。

熱中症のサイン

- 手足がしびれる
- めまい、たちくらみ
- 気持ち悪い、吐きけ
- 頭がいたい
- 体がだるい

保護者の皆様へ

年々暑さが厳しくなっています。お子様が元気に学校生活を送れるよう多めに水分をご準備ください。

また、歯科検診から2か月が経ちました。お子様の受診はお済みでしょうか。受診後は「お知らせ」の紙を学校に提出することになっています。まだお知らせの紙を提出されていない方には、もう一度保護者会でお渡しします。夏休みを利用して早めに受診いただきますようお願いいたします。