

教育目標
たのしく
かしこく
せいいっぱい

ほけんだより

令和5年7月4日
NO.5
富岡市立高瀬小学校
保健室

暑さに慣れないこの時期、強い日ざしや高温多湿の気候は、子どもの体に大きな負担がかかります。

なかでも心配なのが『熱中症』です。子どもたちも周囲の大人の方たちも正しい知識を持って、無理をしないで暑い夏を安全に楽しく過ごせるようにしましょう。

7月の保健目標

暑さに負けない
体づくりをしよう



暑い時期、毎日「暑さ指数」を測定しています！

暑さ指数（WBGT（湿球黒球温度）：Wet Bulb Globe Temperature）は、熱中症を予防することを目的として1954年にアメリカで提案された指標。



↑暑さ指数計

暑さ指数（WBGT）は人体と外気との熱のやりとり（熱収支）に着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい①湿度、②日射・輻射（ふくしゃ）など周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れた指標です。校外学習でも暑さ指数計を持って出かけ、指数を見ます。

高瀬小 体育における服装について

- ①夏場の授業においては、半袖短パンを原則とする。
（気温26度以上あるときには、熱中症の危険が高まるため。）
- ②紫外線、日光アレルギー等を理由に、長袖・長ズボンの着用は可。（その場合には、連絡帳で御連絡ください。）
- ③スパッツ、タイツの着用は体育の授業があるときには、履かない。（普段着としての着用は○）

※暑い日に長袖で過ごしている児童がみられます。ご家庭でも、気温に合わせて衣服を調節するように、声をかけてください。



「成長の記録」について

本日、成長の記録を配付しました。1学期の健康診断の結果です。視力等は学校の測定結果です。受診した結果ではありません。視力や歯科の未受診の人には、夏休み前にもう一度「受診のお願い」を配付しますので、夏休みに受診をお願いします。

「熱中症」にならないように注意！毎日元気に生活しよう