

ほけんだより

2023(R5).6

# すくすく 6月号

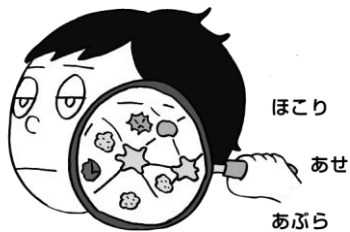


あめあがりの空に虹を見つけたとき、なんだかうれしい気持ちになりますね。日本では虹は、7色と言われますが海外では4色や6色とさまざまです。同じものを見ても、国や文化、人によって見え方が違うのですね。

こころも体もスッキリして、一日をすごそう

## 顔をあらってスッキリ いい1日をスタートしよう

朝起きたときの顔の皮ふには



きん  
古くなって  
はがれた皮ふ

顔をあらうと



皮ふがせいけつになる



スッキリと目がさめる



持ち物、体、こころの準備をしっかりと整えてたのしいプール学習にしましょう

### プール授業

ルールを守って

事故0に



プールサイドを走らない

すべって転倒すると、ケガをしたり、頭を打つ危険が。

飛び込まない

プールの底や壁面、人と衝突すると、大事故になります。

ふざけない

水中でふざけると、溺れる原因になり、非常に危険です。

無理をしない

体調が悪いときは、先生に言って休みましょう。

## つゆの季節 ハンカチをしっかりと持ちましょう!

つゆの季節には、気温がだんだんと高くなり、雨の日が多くなります。服装も、長袖から半袖に代わる時期ですね。当然、汗をかくことや、雨にぬれることも増えてきます。そんなときに、ハンカチやタオルが大活躍! いざというときに、かばんや机の中にしまえばなして使えない、なんてことがないように、お気に入りのハンカチ・タオルを、常に持ち歩くようにしましょう。

汗をふく



ぬれたところをふく



傷口をおさえる



氷を包んで当てる



ハンカチ・タオルだけでなく、雨にぬれた時のためにくつしたの替えもあるといいですね。

ランドセルの中に入れておきましょう