



令和 7 年 7 月 2 日 発行
日南市立大窪小学校
保健室

7 月 1 日から 7 月 7 日まで宮崎県いのちの教育週間です

救急法講習会がおこなわれました

日南市消防本部の方に、心肺蘇生法、AED、119 番映像通報システムを教えていただきました。

講習会では、実際に胸骨圧迫と AED の使い方を実践しました。結々さんは、「最初は緊張したけど、慣れてくると心臓マッサージがうまくできるようになってよかったです」「また、習いたいです」と感想を伝えていました。

小学生でも誰かの命を救えるということを実感し、いのちの大切さについて考える良い機会となりました。



宮崎県「いのちを大切にする教育」

夏にも感染症対策を

冬だけじゃない！

感染症というと冬のイメージがあるかもしれませんが、ヘルパンギーナ・手足口病・咽頭結膜熱など夏に流行る感染症もあります。油断せずにはっきり対策をしましょう。

手洗い・うがいをする

水分をしっかりとる

クーラーの温度を調整し、
室内外の気温差を小さくする

栄養バランスのよい
食事をとる

夜はぐっすり寝る



保護者のみなさまへ

いつも本校の学校保健活動にご理解、ご協力いただき、誠にありがとうございます。

先日、悠馬さんと結々さんが私に「今日は熱中症指数レベル4だから、遊ぶときは 10～20 分ごとに休憩をとらないといけないですね」「今日も熱中症警戒アラートが出てましたよ朝、テレビで言っていました」ということを伝えてくれました。この会話から、熱中症に気を付けて過ごしていることがよく分かります。

学校では、熱中症対策で昼休みに運動ができない日もありますが、工夫をして昼休み時間をすごしています。暑さに負けず、残りの 1 学期も元気に過ごしてほしいです。

