



6月18日、大阪府北部を震源に震度6弱の地震が発生し、5人の方が犠牲となり、家屋に被害がでたり、避難を余儀なくされた方も多くあり心が痛みました。畑田小の子も達は地震直後は不安な表情も見られましたが、2週間たち、徐々に落ち着きを取り戻しつつあります。今後も安全に留意しながら見守っていききたいと思います。

予防が大事です！！ - 熱中症 -

暑くなってくると注意が必要なのが「熱中症」です。熱中症は気温の変化や体がまだ高温環境に慣れていない①5月の暑い時期 ②梅雨の晴れ間 ③梅雨が明けてからの真夏日 ④お盆・お盆明け の4つの時期に起こしやすいといわれています。熱中症は誰にでも起こりやすい反面、原因がはっきりしているので、予防法を身につけることが大事になります。

早め早めの対応で、熱中症を予防しよう！



のどが渴く前に水分補給



疲れたと感じる前に休憩

日頃の体調管理が大切 こんなときは要注意・熱中症



朝ごはんを食べていない



発熱や下痢など体調



寝不足

保護者の方へ

子ども達は、日中動き回り、汗をいっぱいかきます。普段から外出時に水筒を持つ習慣があるといつでも飲めるので良いかと思えます。尚水分補給はお茶やお水がよく、塩分が入っているからとスポーツドリンクを飲みすぎると、糖分の取りすぎになります。スポーツドリンクは薄めて飲むことをおすすめします。