

すいぶんほきゅう

こまめに水分補給をして

ねっちゅうしょう

よぼう

熱中症を予防しよう！



すいぶんほきゅう
こまめな水分補給

ぼうし
帽子をかぶろう！

きゅうけい
こまめに休憩をとろう！

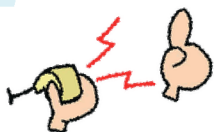
なつげんまのま
夏を元気に乗り切るために！

かなとももの校庭遊び・体育館遊びの熱中症対策

ぶんかい
20分に1回

いんすい
飲水タイム

ふんかんきゅうけい
5分間休憩



きゅうけい
スタッフが『休憩！』とアナウンスしたら

ひかげこうしゃがわぜんいんあつすわすいぶんほきゅうふんかんきゅうけい
日陰の校舎側に全員で集まって、座り水分補給をして5分間休憩します

とちゅうきいっしょふんかんかならきゅうけい
途中から来ても、みんなで一緒に5分間必ず休憩します！

水分補給を考えよう

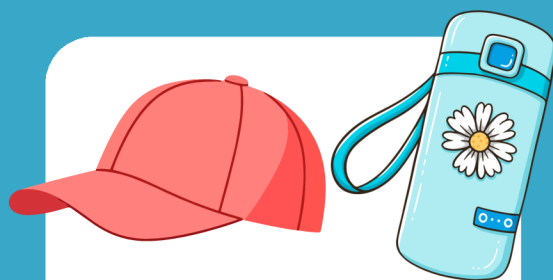
そとあそ
かなともでの『外遊び』は、
多い日で4時間近くあります！



すいとうなかみ
『水筒の中身がなくなった・・・』と、
もうでこおおいです。

すいとうなかみほあいすいどうすいの
水筒の中身がなくなった場合は、水道水を飲むように
すすめていますが、飲むのをためらう子も多いです。

あつなつのきすいぶんほきゅう
暑い夏を乗り切るために、かなともでの水分補給に
ついてお子さまとお話してください。



ぼうしわすこうてい
帽子を忘れると校庭では
遊べません。

すいとういっしょかならも
水筒と一緒に必ず持って
きてね！

帽子をかぶろう