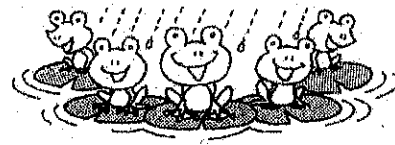


令和8年6月10日
町田市立堺中学校

梅雨入りして、梅雨らしい天候が続いていますね。
定期考査が終わり、これから夏休みまでの1か月余りを
どのように過ごしますか？ 目標をもって過ごしましょう！



梅雨の季節の健康と安全について

梅雨の間は、蒸し暑かったり・肌寒くなったり、天候・気温の変化が大きいです。
体調をくずさないように、けがにつながらないように、気を付けていきましょう。
食べる物もいたみやすいので、注意しましょう。

衣服の調節 雨対策

○肌寒い日は、長袖を着る・下着の工夫など
服装を調節しましょう。



○天気予報をよく見て準備しよう。

- 傘
- 雨に適した靴
- タオル
- 靴下の替え



肌着を着よう

○肌着を着ると暑苦しい？
いいえ、肌着を着たほうが
涼しいです。
その理由は・・・



肌着を着ると・・・

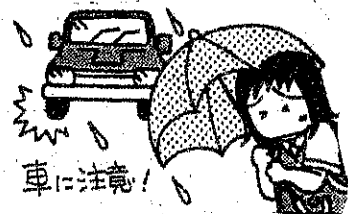
- 汗が出る
- 肌着が汗を吸う
- 服の中が
- ベトベトしない
- さっぱり涼しい

着ないと・・・

- 汗が出る
- 汗がそのまま
- 服の中がベトベト
- 暑苦しい
- また、汗が出る

安全・けがに注意

○雨や傘で視界が
悪くなります。
前をよく見て、
人・車に注意
しましょう。



○傘を開くときはまわりを確かめて。

○すべりやすいので注意。

○時間に余裕をもって
行動しよう。



食中毒予防

予防の3つのきまり。菌を...



▲よく手を洗う。
食器や調理器具
をきれいに洗っ
たり・消毒した
りする。



▲料理するときは、
食品を十分に
加熱するよう
に。
▲作った料理は
すぐに食べる。
後で食べる物は
すぐに冷蔵庫へ。
▲料理するとき
は、食品を十分
に加熱するよう
に。

～ みんなでつくろう 『堺中の流し・トイレ』 ～

学校のトイレ・流しは、その学校の生徒の過ごし方や気持ちがあらわれる場所でも
あります。「トイレ・流しを気持ちよく使いたい」 みんなが願うことだと思います。

みんなが気持ちよく使用するために、みんなで心がけることを考えてみましょう。

学校のトイレ・流しはどんな場所？

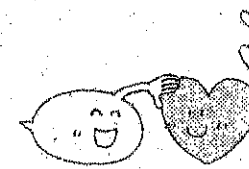
① 公共の場所

学校の、多くの人が使用する場所であることを意識して行動しましょう。



② 思いやりの場所

トイレ・流しは清潔が重要ですね。清潔を保つためには、
自分と他の人が使うことを大切に考えることです。



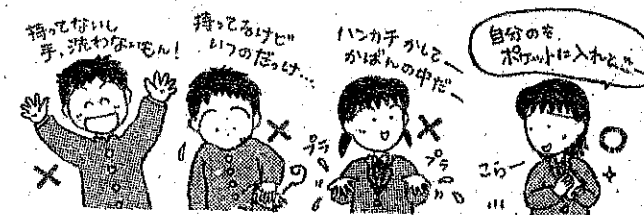
③ 健康管理の場所

人間は食物を食べ水分を摂り、体に必要でなくなったものは
便や尿にして体の外に出しています。トイレは生命活動を行って
いる場所です。
流しは、手洗いをして衛生管理や病気予防のための健康管理を
行う場所です。



みんなで実行！ マナーと心がけ

- 石けん・トイレットペーパーは大切に使いましょう。
石けん、トイレットペーパーは大切な資源から出来ています。
最後まで大切に使いましょう。
- 床に水を飛ばさないようにしましょう。
床が滑りやすくなり、けがの原因になることも...



- 水道の蛇口は下向きにしておきましょう。
- 水を流すレバーは優しく扱きましょう。
- トイレ個室を出る時に“OK”を確認しましょう。

保健委員会 衛生点検

毎週木曜日に、校内のトイ
レ・流しを点検して、点検と
必要なものの補充を行って
います。

トイレや流しで気づいた
ことがあるときは、クラスの
保健委員さんに連絡してく
ださい。