

ほけんだより6月



令和8年6月2日

No. 5 保健室

いよいよじめじめとした梅雨の季節がやってきます。雨の日が増えると、室内で過ごす時間が長くなったり、気温の変化で体が疲れやすくなったりします。気温にあった服装を考えて、毎日元気に過ごしましょう！



しよくちゆうどく き 食中毒に気をつけよう！



しよくちゆうどく
食中毒ってなに？

細菌やウイルスがついた食べ物を食べることによって、おなかが痛くなったり、吐いてしまったりする病気です。細菌が原因になる食中毒は、気温と湿度が高くなる6月から8月にかかる人が増えます。

しよくちゆうどく やくそく 食中毒にならないための3つの約束

① 手洗いをする。(トイレのあと・給食の前など)

② 食べかけのものは時間をおかない。

③ 給食当番のときは「身じたく」をカンペキに！

- ・かみの毛はぼうしにしっかりいれる。
- ・マスクを鼻まできちんとかける。
- ・爪は短く切っておく

