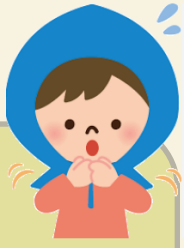
東小スタイル

～熱中症に気をつけよう～

6月9日（月）～10月31日（金）

登下校の時には
帽子かヘルメットをかぶって
登校しよう。
あごひもをしめようね！



帽子で登下校をする
なら、もしものときに備え
て、学校にヘルメットや防災
頭巾を置いおこう！

水筒の中身は
お茶類かスポーツ飲料に
しよう。一日の活動に十分
な量をもってきてね！

日焼け止めを
もってくるときは、
担任の先生に伝えよう！

暑い日には、
あせふきタオルを
持ってきましょう。
ひんやりグッズや日傘もいい
ですね！

外で遊ぶときは、
熱中症指数を
見よう！
こまめに水分補給を
することも大切だよ！