

ほけんだより

10月
October

おうちのひとと
いっしょによんでください

令和5年10月
園田北小 保健室

きおん ふくそう
気温ににあわせて服装をえらぼう!



今年は異例の暑さが続きましたが、10月に入りぐっと気温が下がってきました。朝夕と日中の気温の差が大きくなる季節です。朝夕の涼しい時間は半そでか長そでシャツに薄手のはおりもの、暖かい時間や室内です過ごすときには長そでシャツ1枚という風に、気温に合わせて調節できるといいですね。

きおん ふくそう めやす 気温ごとの服装の目安



25℃以上: 歩くだけで汗をかく ... 半そでシャツ



25℃未満: 風がふくとすずしい ... 長そでシャツ



20℃未満: 少し肌寒くかんじる ... 薄手のカーディガン・ベスト



16℃未満: 日差しは暖かい ... 薄手のセーター・トレーナー



12℃未満: 風がふくと寒い ... 薄手のコート・ウインドブレーカー



8℃未満: 寒い! ... 冬の服装



10月の平均気温(神戸市)

最高気温22℃ 最低気温16℃

※教室内の室温は18~28℃



9月22日(金)~10月16日(月)まで保健室に教育実習生が来ています。



2年生の保護者の方へ

10月6日(金)、10日(火)に教育実習生が「歯みがき指導」を行います。

学年だよりなどでお知らせしたとおり、歯ブラシ、コップ、タオルのご準備をお願いいたします。

お忙しいところかと存じますが、ご協力のほどよろしくをお願いいたします。