



令和4年4月26日(火)



校長室より⑭

こんにちは。

3時間目が終わるころ、1階から大きな叫び声かい さけ ごえのような音(声)が聞こえてきました。私はちょうど電話中でんわちゆうだったので、野崎教頭先生のぎききょうとうせんせいに見に行ってもらいました。しばらくして戻ってきた野崎教頭先生が、「いきなりすごい雨が降ふってきて、外体育そとたいいくをしていた1年生しょうこうぐち ひなんが昇降口ひなんに避難ひなんしてきて大騒ぎおおさわぎになっていました。」と教えてくれました。濡ぬれてしまった1年生かぜが風邪かぜなどひかないとよいのですが。そんなすごかった雨も、昼休みひるやすには一旦いったん上がって、みんなが外で遊あそべたのでよかったです。安全あんぜんのために「遊具ゆうぐは使つかわないでください」の放送ほうくをしました。特に大きなけがあんしんの報告ほうこくはなかったので安心あんしんしています。これからも、雨上がりに遊あそぶときは気を付けてください。

今日「4月 26 日」は、「4(よい)26(風呂)」という語呂合わせから「よい風呂の日」になっているそうです。お風呂こうかの効果は大きく3つあるそうです。

① 疲れつかをとることができる。

お湯ゆに一定時間いっていじかんつかると新陳代謝しんちんたいしゃが活発かっぱつになり疲れつかをとる効果が期待きたいできる。

② 免疫力めんえきりよくを高めることができる。

入浴にゅうよくすることで体温たいおんが上がると体の免疫力かんがが高まると考えられる。

③ 体の汚れからだを洗い落よごとすことができる。

入浴すると、知らないうちに体に付いている有害ゆうがいな物質ぶっしつや微生物びせいぶつを取り除とける。

今日、雨に濡ぬれてしまった人は、ゆっくりお風呂に入いって休やすんでください。

「ウエザーニュース」ホームページより、一部抜粋