

ほけんだより

6月の保健目標 ほけんもくひょう は たいせつ 歯を大切にしよう

保護者の方へ

6月の保健行事

運動器検診

8日（木）…対象者

対象者には事前に受診希望調査を行いました。



歯科検診

15日（木）…全員

当日の朝はしっかり歯をみがきましょう！



定期健診～耳鼻科検診について～

提出していただいた保健調査票よりアレルギー性鼻炎がある児童が多くいることもあり、耳鼻科検診では「(アレルギー性)鼻炎」と診断された児童には学校医の指示により、「結果のお知らせ」は渡していません。引き続きご家庭で様子をご覧ください。



水泳指導が始まります

6月5日（月）より水泳指導が始まります。定期健康診断の内科、耳鼻科、眼科検診を受けていない場合、異常が見つかったが医療機関で受診していない場合は児童の安全確保や感染症拡大防止のため水泳参加は保留となります。早めに医療機関を受診し、「結果のお知らせ」用紙を学校へご提出ください。

児童のみなさんへ

熱中症に注意しましょう！

熱中症対策のポイント

水分補給

のどが乾いたと感じる前に、こまめに水分を。たくさん汗をかいたときは、スポーツリンクで塩分も補給しよう。



ぼうし

日ざしが頭や顔に直接当たるのを防いでくれるよ。つばがついている、通気性のいいものを選ぼう。



休けい

木陰や屋根のあるところなど、涼しい場所で休けいしよう。汗や熱がこもっているのだから、ぼうしを外して。



みんなは特に注意

- × いつも冷房が効いた部屋にいる
- × 運動をほとんどしない
- × 朝ごはんを食べていない
- × 夜ふかしをしている

あてはまる人は特に注意が必要です。

急に暑くなった日や長い時間外に出る日などは、しっかりと熱中症対策を。

