

ほけんだより

NO. 4
令和4年7月1日
園部小保健室

1学期も終盤を迎えました。日に日に暑くなるこの時期を元気に過ごせるよう、日頃の体調管理に気を付けていただくようお願いいたします。

《今月の保健安全目標》

【保健】「新型コロナウイルス感染防止のため、3密（密閉・密集・密接）を避け、うがい・手洗い・咳エチケットを徹底しよう」
「梅雨時の安全に気をつけよう」「夏を健康に過ごそう」

【安全】「3つの事故（火事・水の事故・交通事故）に気をつけよう」

「危ない遊びはやめよう」

《今月の保健安全行事》

13日（水）学校保健安全委員会



◆受診をお願いいたします◆

今年度の健康診断について、以下のように結果通知を配付しました。お子さんの結果をご確認いただき、受診が必要と判定された場合は、早めの受診をおすすめいたします。なお、受診が済みましたらお子さんを通して結果用紙を学校まで提出していただくよう、お願いいたします。

- 視力検査・・・B判定以下の児童に配付
- 内科検診・・・学校医より所見のあった児童に配付
- 眼科検診・・・学校医より所見のあった児童に配付

（※1年生のみ屈折検査を含むため、全員配付）

- 尿検査・・・全学年児童に配付
- 心臓検診・・・1年生児童全員に配付
- 歯科検診・・・全学年児童に配付

※学校の健康診断はスクリーニング検査を目的としているため、受診した結果、「異常なし」と判定されることもあります。



6月末から急激に気温が高くなりました。暑さから体が慣れていないこの時期は熱中症を起こしやすくなります。

特にお子さんの場合、大人と比べて体温調節機能が未熟なため、体調の変化にいつそう注意していただくようお願いいたします。

熱中症予防のポイント

こまめに水分補給をする

服装で調節する

保冷剤を活用する



のどがかわく前から少しずつ水分をとります。運動時には、塩分補給も忘れずにしましょう。



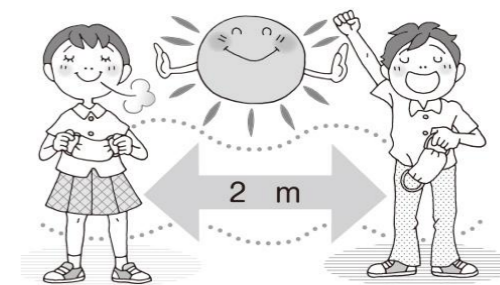
通気性がよい素材で、ゆったりした衣服を選びます。淡色系の方が光を吸収せず涼しく感じます。



首や脇など太い血管がある場所を冷やすことで、体温を下げる効果があります。

マスク熱中症に注意

気温が高くなってきたため、休み時間や登下校の際など熱中症の危険が高まる場合はマスクをできるだけ外すよう指導しています。なお、マスクを外す場面では身体的距離をとり、会話を控えるよう指導しています。



◆健康手帳を見てください

1学期のお子さんのからだや学校生活の様子を知っていただくために、健康手帳を各家庭に持ち帰ります。次のページを見ていただき、押印をお願いいたします。

健康手帳は2学期も使用するため、確認と押印が済みましたら、お子さんに持たせていただくようお願いいたします。

- p. 3（健康診断の記録）
- p. 35～40（清潔検査の結果 ※学年によりページが異なります。）