



令和3年7月19日
巽小学校保健室夏休み号

さあ、みんなが待ちに待った夏休みが始まります。休み中の計画は立てていますか？
「いつのまにか、終わっちゃった」なんてことにならないように、今から目標を立てておいてくださいね。
夏休みがあけて、ひとまわり大きくなっているみんなに会えるのを、楽しみにしています。



元気いっぱい

楽しい

夏休みに!!

熱中症の予防

外に出るときは

- 帽子をかぶろう。
- なるべく、ひかげを歩こう。

水分補給は

- 基本はお茶で。
- 1日1.2ℓを目安に。

体を動かして、

たくさん汗をかいたら、
塩分が少し入った飲み
物がおすすです。

事故

に気をつけよう

- 交通ルールを守ろう
- 「立ち入り禁止」のところには、絶対に入ってはいけません。
- プールや川、海など、水の中では、ふざけない。
キケンです!



日焼け 予防と手当

外に出るときは

- 自分にあつた日焼け止めを使おう
- 帽子をかぶろう

ヒリヒリしているときは

- 冷たいタオルで冷やそう。
- 水ぶくれがあるときは、破らずに皮膚科へ。



虫さされ の手当

- さされたところを水で洗い流そう。
- 汗や水分をふき取り、かゆみ止めをつけておこう。
- 冷やすと治りが早い。

かきむしると、
バイキンが入って
治りにくなるよ。
爪も短く切っておこう。



写真

7/9 1年生に手洗い指導を行いました!

洗い残しがあると白く光るライトを使って、手洗い指導を行いました。汚れがついていないと、自分の手はキレイだと思っていたようで、白く光る様子をみて驚いた児童もいました。石けんを使った丁寧な手洗いが大事と再確認できたようです。みなさんも丁寧な手洗いで病気から体を守りましょう。もちろんハンカチも準備しておいてくださいね。

～おうちのかたへ～

★今年度の健康診断実施にあたり、感染症対策等をはじめ、ご理解、ご協力をいただき、誠にありがとうございました。

健康診断の結果、医療機関での受診・検査が必要とされたお子さんには、その旨「お知らせ」をお渡ししています。すでに病院で受診していたり、定期的にあるいは継続的に治療や指導を受けていたりする際は、報告書提出のための受診は、必要ありません。お手数ですが保護者の方が、現在までの状況や経過を記入して報告書を提出していただくか、次回受診後に結果を記入し提出していただければと思います。

受診されていない方は、長期休みを利用して、早めの受診をお勧めします。

なお、健康診断やその結果に限らず、お子さんの心身の健康、発達などについて気づいたこと、気になることがありましたら、学校・保健室までいつでもお気軽にご相談ください。

★朝の検温について、ご協力いただいているところですが、昨年同様、
夏休み中も検温のご協力、よろしくお願いします。

今後も暑さが厳しくなると思いますが、大人も子どもも一緒に感染症対策を行いながら、暑い夏を乗り切りましょう!

がんばろう



7月の保健室利用状況



けが 108人



病気 31人

すりきず 9人 きりきず 1人 ねんざ 5人
つきゆび 6人 うちみ 21人 まめ 1人
頭のけが・こぶ 10人 つめる 9人
目のけが 3人 歯・口のけが 3人
虫さされ 6人 鼻血 2人 とげ 1人
湿疹・かぶれ 8人 爪のケガ 1人
以前のケガ 9人 その他 13人

しんどう 6人
あたまがいたい 2人
おなかがいたい 17人
はきけ・おうと 1人
熱中症 3人
その他 2人

スクールカウンセラーの先生が、8月31日(火)、
9月14日(火)、9月28日(火)の11時45分～16時45分
まで、本校に来てくれます。なにかお話をしたいことがある時は、
保健室または、担任の先生に連絡してくださいね!

9月のほけんぎょうじ

1日	身体測定(1, 2年)
2日	身体測定(3, 4年)
3日	身体測定(5, 6年)

