

ほけんだより

令和 4年 7月 19日
 箕小 小学校 保健室 夏休み号



今年の梅雨が記録的な早さで明け、それと同時に急に暑くなりました。みなさんの体調が心配な日もありましたが、1学期が無事終わりました。待ちに待った夏休みが始まります。熱中症や事故には十分気を付けて、ステキな夏休みを過ごしてください。もちろん、いつもと同じ生活リズムで過ごすことが大切です。今年は保健室からの「生活チェック」の宿題があります。忘れずにチェックしてくださいね。

たのしいなつやすみ

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。

た たべたら歯みがき。休み中も続けよう

の のみものは水やお茶をメインに

し しらない人には行って行かない！

い いつもと同じ時間に寝る・起きる

な なんとでも熱中症予防のおさらいを

つ つめたいものとりすぎに注意！

や やさい、肉、魚... 食事はバランスよく

す すずしい時間に体を動かそう

み みずべで子どもだけで遊ばない

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、楽しみにしてるね。



7/12, 13 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。ためしに自分の手を綿でふくと、綿が茶色に変色した子が何人もいました。土などの汚れがついていると汚れに気づきますが、汚れが見えないため、自分の手はキレイだと思いこんでいたこともあり、洗い残しがあって、白く光った自分の手を見て驚いていました。石けんを使った丁寧な手洗いが大事だ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。ハンカチもわすれず準備しておいてください。

～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時は、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。

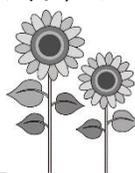
受診されていない方は、長期休みを利用して、早めの受診をお勧めします。

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、発育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、よろしくお願ひします。8/1の登校日には、7、8月分の健康観察カードをもたせてください。**

★タブレットによる生活アンケートを7/21～25まで実施します。入力方法等、事前に練習済みですが、実施期間中、入力漏れがないか、お声かけをお願いします。

今後も暑さが厳しくなるとは思いますが、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!



7月の保健室利用状況



105人



32人

- すりきず 15人 きりきず 1人
- ねんざ 6人 つきゆび 4人
- うちみ 23人 まめ 1人
- 頭のけが・こぶ 16人
- つめる 5人 目のケガ 4人
- 歯・口のケガ 1人 虫さされ 3人
- 鼻血 3人 とげ 2人
- 湿疹・かぶれ 7人
- 以前のケガ 5人 その他 9人

- しんどう 8人
- あたまがいたい 2人
- おなかのいたい 14人
- はきけ・おと 1人
- 熱中症 5人
- その他 2人

スクールカウンセラーの坂口佳奈美先生が、8月30日(火)、9月13日(火)、9月27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!

8・9月のほけんぎょうじ

8月31日	身体測定 (1, 2年)
9月1日	身体測定 (3, 4年)
2日	身体測定 (5, 6年)

