

梅雨つゆが明あけたらいいよ夏本番なつほんばん。登下校中とうげこうちゆうに少し歩すこいただけでも汗あせをたくさんかく季節きせつです。こまめな水分補給すいぶんほきゅうと汗あせの始末しまつを忘れずわすれずに過すごしましょう。特に、マスクをつけていると、のどの渴かわきに気づきづきにくいので、「のどがかわいた」と感じる前かんに、水分すいぶんをとりましょう。



夏なつにかかりやすい病びょう気に気きをつけよう

手足口病てあしくちびょう

口の中くちや手足なかの先てあしに発疹さきができ、発熱ほっしんがあります。ほとんどが軽かるい症しやう状じやうですみますが、他ほかの人ひとにうつりやすいという特とく徴ちゆうがあります。



とびひ

虫むしさされなどをかきむしり、そこに細菌さいきんが感染かんせんして起おこります。かゆみのある水みずぶくれができ、それをかくことでどンドン広ひろがっていきます。感染かんせん予防よぼうのため、プールは見学けんがくになります。タオルの貸かし借かりはしないようにしましう。

咽頭結膜熱いんとうけつまくねつ

高熱こうねつと喉のどの痛いたみ、結膜炎けつまくえんなどの症しやう状じやうがあります。プールの時ときなど、他ほかの人ひとのタたオルおるを使つかって感かん染せんすることがあります。人ひとのタたオルおるを使つかわないようにしましう。

ヘルパンギーナ

突とつ然ぜんの高熱こうねつと喉のどの痛いたみ、喉のどのあたりに発疹ほっしんができます。6歳さい以下いかの子こどもに流りゅう行こうしやすいですが、小しょう学がく生せいにも感かん染せんすることがあります。

予防よぼうの基き本ほんは、手洗てあらい・うがいです。しっかり睡すい眠みんをとって生せい活かつ習しゅう慣かんを整ととえましよう！



熱中症予防ねっちゆうしやうのキホンよぼう！





なつ げんき たの す
夏を元気に楽しく過ごそう！



むし ちゅうい
虫さされに注意

- 野山に行くときは、ぼうし・長そで・長ズボン
- かゆくてもかかない。
かきむしると、とびひになりやすい。

もしも虫に刺されたら



- 【か蚊】 はれがひどい時は、冷やす
- 【ハチ】 針があったら毛抜きやガムテープで抜く。
ハチの毒は、水に弱いので、石けんで洗って流水で冷やす。スズメ蜂など大きなハチに刺されたら、病院へ
- 【毛虫】 流水で流す。毛が残っていたらガムテープでとる

あせをふきとろう

- 下着を着ると、汗を吸ってベタつかない。
- すぐに乾く素材の下着だと涼しい。
- タオルでしっかりふきとる。
- 汗をかいたら水分補給も忘れない。

じてんしゃ あんぜん
自転車は安全に

- 信号無視をしない。
- 並んで走らない。
- 2人のりしない。
- 車と車の間から飛び出さない。



保護者の方へ

- 「わたしのからだ（成長の記録）」を配付しました。ご覧になりましたら、押印し、7月12日（月）に、ご返却ください。
また、お子様の心身の健康について気になることなどありましたら、ご記入ください。よろしくお願ひいたします。
- 保護者のみなさまにもご協力いただき、今年度の定期健康診断は大きなトラブルもなく終了しました。ありがとうございました。健康診断結果から、医療機関での治療・検査が必要とされたお子様には「お知らせ」をお渡ししています。早期発見・早期治療はもちろん、毎日の生活を充実させるためにも、できるだけ早い時期に受診していただければと思います。
- 学校管理下でケガをしたとき・・・**日本スポーツ振興センターを利用**できます
日本スポーツ振興センターは、お子様が学校管理下においてケガをされた際に適用される保険です。医療費の自己負担総額が1,500円以上であることが要件です。学校でのケガで病院を受診された場合は、学校までお知らせください。子ども医療費もありますが、学校でのケガは日本スポーツ振興センターを優先することになっています。
学校管理下とは？
授業中、休み時間、登下校中、運動会、遠足、修学旅行、集団宿泊教室 など