

※^{ひと}おうちの人といっしょによみましょう。

ほけんだより

令和6年6月7日(金)
嘉島西小学校保健だより
No.4 文責:保健室

ねっちゅうしょう ちゅうい 熱中症に注意しよう!

今年も厳しい暑さになりそうです。①こまめに水分補給 ②外にいくときには帽子をかぶる ③日かげなどの涼しいところで休けい することを心がけていますか? 健康委員会からも放送などで呼びかっています。また、運動会前の給食時間中、熱中症についての動画を全校一斉にみましたね。おうちでももう一度、熱中症について話題にしてみてください。



どんな時に なりやすいの?

- 真夏の蒸し暑い日は、熱中症になりやすいです。
- カゼなどで具合が悪い時も、熱中症にかかりやすくなります。



熱中症になりやすい環境

- 気温や湿度が高い時
- 風が弱い時
- 前の日に比べて急に暑くなった日
- 閉め切った部屋など風通しがいい所



熱中症になりやすい体調、行動

- カゼなどで、体調がよくない時
- あまり寝ていない時
- たくさん運動した時
- 長い時間、外にいる時



【保護者の方へお知らせ・お願い】

・色覚検査について…健康診断の必須項目から削除されましたが、お子さんの色の見え方が気になる等ありましたら、ご相談ください。学校でも簡易的な色覚検査を実施いたします。保健調査票の裏面に色覚についてかかれていますご家庭につきましてはこちらからご相談させていただきます。何かありましたら保健室までご連絡ください。

・歯みがきについて…年度初めにお伝えすべきところでしたが、今年度も給食後の歯磨きを学校でもしていきたいと思っておりますので、歯磨き・コップの持参をお願いいたします。学校では各自で保管をするため、巾着や袋などの準備もお願いします。また、歯磨き粉はもってきてもいい事にしていますが持ってくる際には他のお子さんとの交換などしないように、ご自宅でもお話をさせていただきようお願いします。

・健康診断の結果について…まだ様々な健康診断がありますが、検診後に異常があった人のみ結果を先に配布しています。お子さんに確認をさせていただきようよろしくお願いいたします。

