

6月 ほけんだより



令和5年6月1日 芝山西小学校 保健室

雨の多い季節になりますね。

気温の変化が大きく、体調をくずしやすい時期です。

芝山西小学校では、5月中旬から、胃腸炎の症状の人が多くなりました。

最近も、腹痛・気持ちが悪い・吐き気などの症状でお休みしている人がいます。

また、高い熱で休んでいる人もいます。



*朝、おうちの人と一緒に健康観察をしっかりとしましょう。

*熱がある・のどが痛い・咳がでるなど、いつもと違う症状があったら、無理をして登校しないで、家でゆっくり休んでくださいね。

熱中症に気をつけよう！ ポイントは「のどがかわく前に飲むこと」

水分
足りている？

熱
中症を予防するために
大事なことは水分をとること。
水分が足りているか、自分ではわかりにくいですが、かたんにチェックする方法があります。

爪でチェックしてみよう！

- ① 手の親指の爪を反対の手の指でつまむ。
- ② つまんだ爪をはなした時、爪の色が白からピンクに戻るのに3秒以上かかれば、水分が足りていないかも…。

こうなる前に、こまめな水分補給を心がけましょう。

保護者の方へ…新型コロナウイルス感染症の5類感染症移行後の対応について…(参考)

○厚生労働省ウェブサイト(特設ページ)

「新型コロナウイルス感染症の5類感染症移行後の対応について」

<https://www.mhlw.go.jp/stf/corona5rui.html>

- ・新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付けが5類感染症になりました
- ・基本的感染対策の考え方について
- ・新型コロナウイルス感染症に感染した場合の考え方について等、掲載されています。

6月の保健行事

日にち(曜日)	検査・検診	お知らせ
6日(火)	眼科検診(1・3・5年)	学校医の吉田先生が、目の病気や異常がないかをみてくれます。
	心電図検査予備日	対象：学校で受けられなかった人 会場：浜町公民館(引率：保護者の方)
9日(金)	「色覚の検査希望調査」 配布(3・6年)	提出：6月14日(水)まで
13日(火)	歯科検診(1・3・4年)	朝ごはんのあと、ていねいに歯みがきをして、ピカピカの歯にしてくださいね。

安全にすごしましょう！！



雨の日は、ちょっとの不注意で大けがに！！



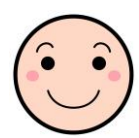
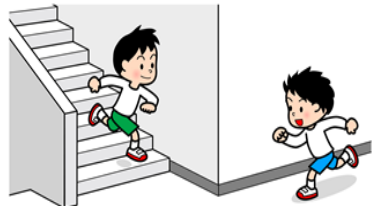
- *傘のとがった部分が友達の目にぶつかったら大けがになってしまいます。
- *雨や傘で、まわりが見えにくくなります。いつも以上に車に気をつけて。

ろうか・階段は 右側をあるきましょう(走ってはいけません)！！

梅雨の時期は、廊下がぬれてすべりやすいです。特に「ゆっくり」を心がけて…

保健室にいて、土田先生が心配なこと

- ・保健室前の階段の途中から、とびおりにいる人がいるよ。
- ・昇降口に向かってダッシュしている人がいるよ。



でも「走ったらあぶないよ！」という声も聞こえてきます。
おたがい声をかけあって、みんなが安全に生活できるようにしましょう。
芝山西小学校の全員が、右側をすずかに歩くようになってほしいと思います。