



れいわ ねんど がつごう
令和7年度7月号

かいじんみなみしょうがっこう
海神南小学校

ほけんしつ
保健室

ほけんだより

じめじめと蒸し暑い日が続いています。6月は真夏のような暑さの日が多くありました。これからも暑い日が続き、いよいよ夏本番です。熱中症にならないように、こまめに水分補給をして過ごしましょう。

ひょうしょう 表彰

★歯科検診

こうくうせいせいゆうしゅうしゃ
口腔衛生優秀者:6-1 H・Aさん 優良者:6-1 J・Sさん 6-2 K・Fさん

★船橋市歯・口の健康啓発標語

しちやうしやう は まも しよく たの
市長賞:「歯を守り 食を楽しむ いつまでも」 6-2 Y・Fさん



ねっちゅうしょう 熱中症とは...

熱中症とは、主に初夏から夏にかけて環境に体が適応できないことで起こる様々な症状の総称です。晴天時の暑いときだけでなく、湿度の高いときも起こりやすく、高温多湿である梅雨明けの暑いときが最も熱中症発生リスクが高いです。

ねっちゅうしょう しょうじょう 熱中症の症状



けいしょう 軽症

○めまい ○筋肉痛 ○手足のしびれ
○立ちくらみ ○発汗 ○気分不快感

ちゅうとうしょう 中等症

○頭痛 ○吐き気 ○嘔吐
○だるさ ○疲れ



じゅうしょう 重症

○呼びかけへの反応がおかしい ○けいれん
○異常な高体温 ○汗が出なくなる



※重症の症状にあてはまる場合は救急車を呼んでください。

ねっちゅうしょう ぶせ 熱中症を防ぐために

ひがさ ぼうし ちゃくよう 日傘・帽子の着用



日傘や帽子で直射日光を避けることが大切です。

ひかげ りよう きゅうけい 日陰の利用、こまめな休憩



日陰を選んで歩いたり、日陰でこまめな休憩をとったりして、無理をしないようにしましょう。

すいぶんほきゅう 水分補給



室内でも、外出時でも、のどのかわきを感じていなくても、こまめに水分を補給しましょう。

からだ ひ 体を冷やす



保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やしましょう。

ていきけんこうしんだん 定期健康診断について

定期健康診断が終了しました。各検診で所見のあった児童には、受診のお知らせをお渡ししています。また、「定期健康診断の結果(健康診断結果の一覧)」を夏休み前にお渡しする予定です。自分の結果をお家の人と見てみましょう。

※心電図検査の対象は1・4年生です。その他の学年は結果が空欄になっています。

1・4年生で空欄になっている人は結果が届いていないため、後日お知らせします。

受診が必要な人は夏休み中に受診できると良いですね。