

けんこうひろば



南小学校ほけんだより
令和6年7月18日 発行

8月の保健目標 生活のリズムを整えよう

今年の夏は、全国的に新型コロナウイルス感染症が増加傾向にあります。茨城県内でも、6月から感染者は増加しています。人の流れが多くなる時期ですので、手洗い・うがい、手指消毒といった基本的な感染対策をとりながら、メリハリのある行動を心がけましょう。

子供たちにとって待ちに待った夏休みですが、大きなけがや事故に注意が必要です。特に、水の事故は油断が禁物です。子供は浅い場所でもおぼれることがあります。水のある所へは、子供たちだけでは行かせない、海や川など水場で遊ぶときには必ず大人の目の届く範囲で遊ばせるなど、お子さんから目を離さないようお願いいたします。

健康や安全に気を付けて、家族で楽しい思い出の残る夏休みにしていただければと思います。
また9月に元気いっぱいな子供たちに会えるのを楽しみにしています。



保健室からのお知らせ

- 健康診断で異常の見つかったお子さんには、結果の通知とともに受診の勧告をしております。
視力、聴力、内科、歯科について受診のお知らせが届いている場合は、早めの検査・治療をお勧めいたします。むし歯や口腔状態の異常（歯肉炎、かみ合わせ、歯石など）は、ひどくなるほど治療にも時間がかかります。すでに、受診結果が学校へ届いているお子さんもいますが、未受診の場合は、夏休みを利用して早めの治療をお願いいたします。
- 夏休みのはみがきカレンダーを実施します。
1日に3回みがけたら青、2回は緑、1回は黄色、0回は赤で色を塗ってください。
提出日は9月2日（月）です。

夏☆本番! こんなことに気をつけて 充実した夏休みにしよう

☀ 熱中症 ☀ 炎天下、外出時の 帽子と水分補給... 忘れずに	×××日焼け××× 海・プール... 日焼け止めを活用し 焼けすぎないように...	寝冷え クーラーはタイマーを 上手に利用して! 暑くてもおなかに1枚かけよう!
🦠 プール熱 🦠 「咽頭結膜熱」という、 プールでうつることの多い感染症 のどの痛み 目の充血 発熱! 要注意!	胃腸の機能低下 冷たいものの 飲みすぎ 食べすぎに 注意! 1913—0	夏カゼ 暑さで食欲も出ず、寝苦しいので 治るまでに時間がかかります。 十分な水分補給と 休養で 治そう