



保健だより



2019/07
新井小ほけんしつ
◎6月の感染症◎
流行性耳下腺炎（おたふく）1名
水痘2名



いよいよ夏本番ですね。楽しい夏を過ごすには、暑さに強い体づくりが欠かせません。まずはよく寝てよく遊んでください。さらにできる人は、いままでスマートフォンやテレビ、ゲームに使っていた時間を、読書や勉強、家族とお話しをする、家のお手伝いをするなどアウトメディアに挑戦し、さらに楽しい時間を増やしましょう！

こんな日は熱中症に注意！



総務省消防庁のホームページでは、毎年の熱中症による緊急搬送者数が載っています。7月になると急に熱中症患者が増えます。暑さにまだ慣れていないこの時期。特に予防に努め元気に夏休みを過ごしましょう。



急に暑くなった



気温が高い



湿度が高い



風がない

保護者の方へ ◆健康カードの配布について◆

健康診断の結果を保護者の方にお伝えするために、夏休み前までに健康カードを配る予定です。お子様の発育・成長、体の状態などについて、お子様と話し合う機会を持っていただければと思います。

- このカードの内容は、定期健康診断をもとに記載しています。
- 精密検査が必要な場合や、病院への受診が必要な場合は個別にお知らせしてあります。何か書き込まれている場合でも、個別にお知らせがないときは、特に病院受診や精密検査の必要はありません。
- 個別にお知らせをもらった場合は、早めに病院の受診等をお願いいたします。受診をされましたら、結果の報告を学級担任まで提出してください。
- 5年生の脊柱側弯検査（3Dスコリオ検査）につきましては、まだ結果が出ておりません。異常の疑いがある場合は、9月の脊柱の低線量X線検査を受けます。対象の児童のみ9月にお知らせいたします。
- 健康カード裏面に成長曲線のグラフが印刷されています。グラフを見ることで、お子さんが健康に発育しているか（身長と体重のバランスがよいか、変動がおきかないか）がわかります。また、成長ホルモン分泌不全等の病気の発見につながることもあります。
- ご質問やご相談等ございましたら、保健室までご連絡ください。

熱中症予防日頃からのこころがけ



規則正しい生活で
体調管理



水分はこまめに、
回数を多めにとる



運動するときは
こまめに休憩を



体調の悪いときはむりに
運動しない