

ほけんだより 7月

令和7年7月8日
東国分爽風学園
市川市立稲越小学校
保健室

おうちの人と一緒に
読みましょう！

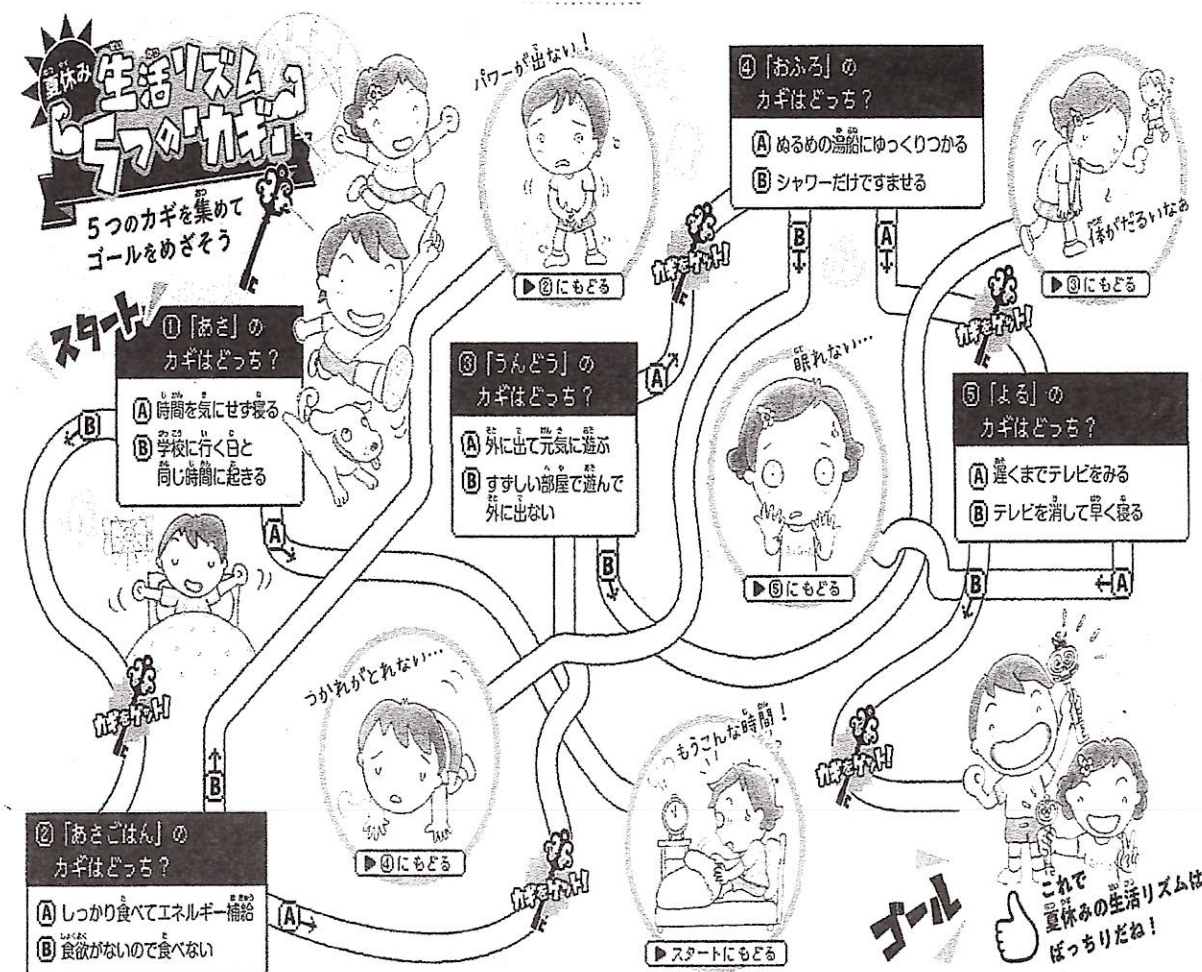
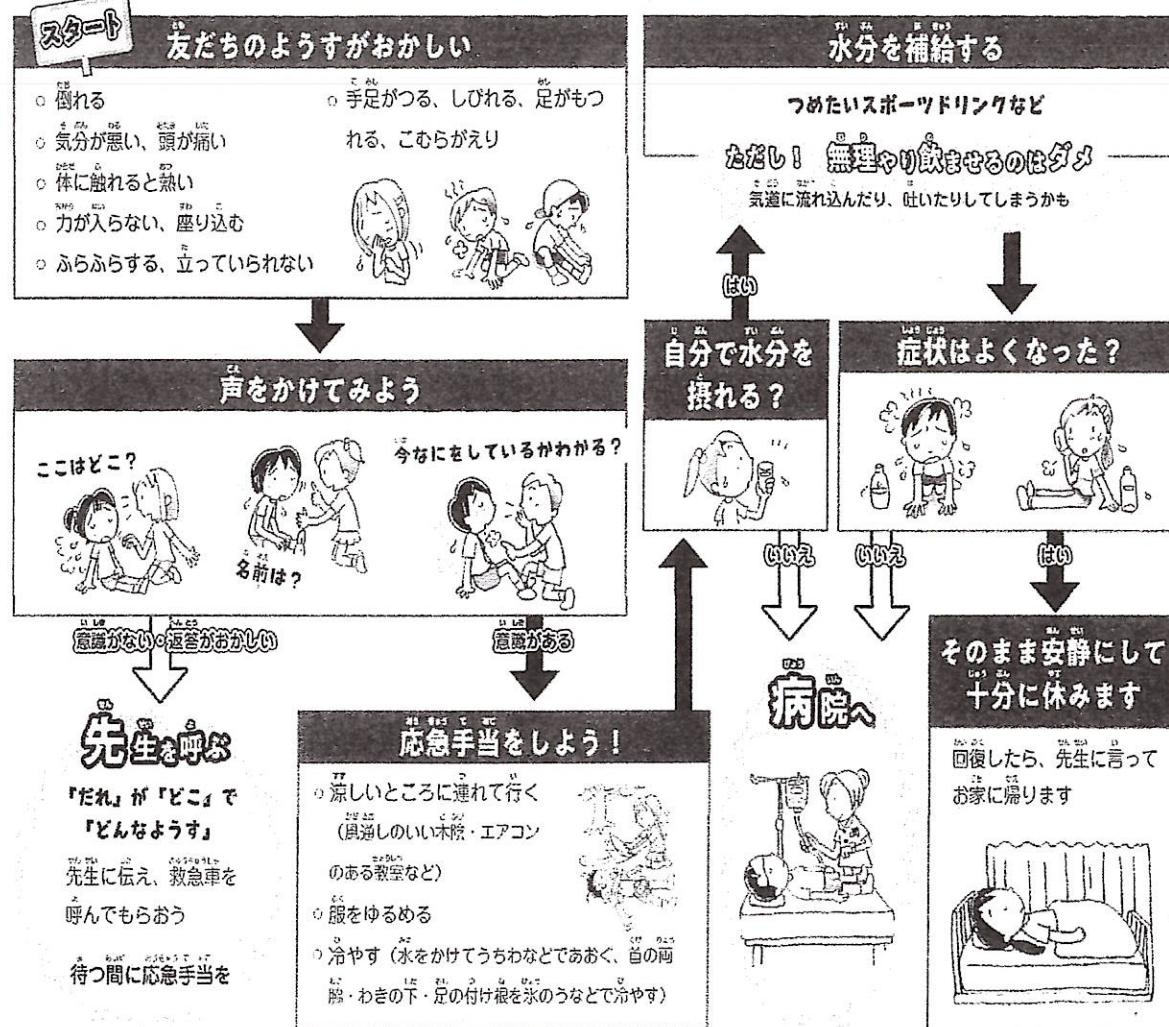


もうすぐみなさんの待ちに待った夏休みです！

夏休みの間も、規則正しい生活を心がけて、毎日健康で元気に過ごしましょう。今年の夏もとても暑くなりそうな予報なので、「熱中症警戒アラート」が出ると、なかなか外遊びもできませんが、おうちの人と相談して、朝や夕方の涼しい時間に活動してみるといいですよ。虫よけ対策を忘れずに、元気いっぱい体を動かしてくださいね。

一回り大きくなった元気なみなさんに会えるのを楽しみにしています。

熱中症かも！ どうすればいい？ 判断チャート



【保健室より】

〇けがをして保健室にやってくる子供たち。大けがではない限りまず、「傷口をきれいに洗おうね。」と声をかけています。できるだけ、自分でできるように、**洗い方を教えています**。それは、けがをしても**自分で対処できるようになるため**です。いつでも保健室や医務室があるわけではありませんし、小学生くらいになると、公園に遊びに行くときも必ず大人と一緒にいるともかぎりません。自分のことは自分でできるようになってほしいので学校でも少しずつ練習をしています。問題は、洗った後…ほとんどのお子さんが、ハンカチを持っていないのです。世の中は便利になり、ペーパータオルやエアータオルがあるところもありますが、**ハンカチを持つ**という基本的な習慣は、学校だけではなく身につきません。これからの季節、汗を拭くにもハンカチやハンドタオルは必要です。ぜひご家庭での声かけをお願いします。

〇健康診断結果を記録した「けんこうカード」を配付します。体の様子を知るために、お子さんと一緒に見てください。

〇4～6月に行われた健康診断の結果受診が必要とされるお子さんには「結果のお知らせ（治療勧告書）」をお渡ししました。まだ受診されていないお子さんは、この夏休みを利用して、受診してください。お子さんがより楽しく健康的な生活を送るためにも、保護者の皆様にご協力をお願いします。

夏休みは治療のチャンス

