

7月

ほけんだより

R6. 夏休み号
一之江第二小学校
ほけんしつ

7月7日は七夕です。織姫と彦星が1年に一度会える日といわれています。ではどうして、1年にたった一度なのでしょう。2人とも大変まじめな働き者でしたが、一緒に過ごしているうちに仕事をしなくなり、神様の怒りをおこしてしまいました。

もうすぐ夏休み。楽しいことばかりを優先して、夜更かしや朝ねぼうをしないよう、規則正しい生活リズムで、充実した夏休みを過ごしましょう。



なつをげんきにすごそう!

梅雨が明けると、急に夏らしくなってきます。外遊びや体育の後に、気持ちが悪くなったり、頭痛がしたりして来室する子が増えてきました。学校では、冷房の適切な使用、水分補給や帽子の着用、暑い日の外活動を控えるなど、子供たちの健康と安全に気を付けてまいります。



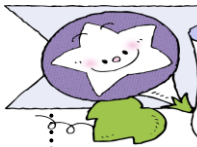
毎年、7月になると、保健室前に熱中症予防について掲示をします。すると、子供たちは掲示を見ながら、「朝ごはんは食べてきたよ」「ハンカチ忘れちゃった!」などうちわひっくり返しながらか、楽しそうにチェックしていきます。

熱中症にかかりやすくなる原因の一つに、寝不足や疲れ、朝食の欠食や少なさがあります。

暑さに負けないためには、日ごろの体力が非常に大切です。夜は早く寝る(高学年でも10時までに布団に入る)、朝はしっかり食べるといった基本的な生活リズムが取れるように、家庭でもお声掛けください。

また、保健委員会で『熱中症予防のポスター』をつくりました。子供たちから全校に呼び掛け、暑さから身を守るための方法を伝えていきます。





楽しい夏休み、安全に気をつけよう！

1. 出かけるときは、おうちの人と約束します！

- だれと、どこへいくのかかならず伝えましょう。
- 決められた時間に帰りましょう。
- 知らない人には絶対についていってはけません。

誰とどこへ行くいつ帰るか
を伝えよう



2. 交通ルールを守ります！

- 道路への飛び出しはぜったいにしません。
- 道路であそんだり、ふざけたりもしません。
- 自転車の二人乗りはやめましょう。



3. 水の事故に気をつけます！

- 海や川などの禁止されている場所ではぜったいに泳いではいけません。
- 必ず大人といっしょに出かけるようにしましょう。



まちがいさがし プール編



ヒント

- プールに入る前は？
- 泳ぎ疲れたときは〇〇で休みたいです。
- ふざけるとあぶないよ。

こたえ：ふざけている(左上)／準備運動をしていない(中央上)／パドルがない(右上)



6月欠席状況

- 溶連菌感染症：10名
- 手足口病：2名
- 流行性角結膜炎：1名
- ヘルパンギーナ：1名

*都内では手足口病が警報基準を超える流行となっています。本校では多くありませんが、区内では学級閉鎖をした学校もあります。他の感染症と合わせ、ご注意ください。

7月のみらい



*定期健康診断の記録について

4月から続いていた定期健康診断もすべて終了となりました。「定期健康診断の記録」を配布いたします。お子様と一緒にご覧いただき、ご家庭で大切に保管してください。

*歯科の受診のおすすめ

6月に行いました歯科検診の結果、治療がお済みでない場合は、夏休みが受診のチャンスです。受診勧告の用紙をまだ提出していない児童には、夏休み前に再度用紙を渡します。ぜひこの期間に受診をお願いいたします。もしすでに治療がお済みの場合には、治療勧告書を学校までご提出ください。