

ほけんだより

令和8年6月2日
江戸川区立平井西小学校
保健室

～保護者のみなさまへ～



◇6月の保健行事◇

6月9日(火)	モアレ検査(5年生・対象者) 13:20～
6月11日(木)	歯科検診(全学年) 9:00～

※モアレ検査を欠席した場合、6月17日(水)または6月20日(土)に外部検査機関に行ってください。対象者には個別にお知らせをお配りします。

6月8日からプールがはじまります！

プールの授業を安全に楽しく受けるためには、からだの準備が必要です。



- ①前の日には、9時か10時に寝て、睡眠をたっぷり取って体調を整えましょう。
- ②当日は、朝ごはんをしっかり食べて、エネルギーをたくわえましょう。
- ③つめが伸びていたら、短く切っておきましょう。
- ④登校前に健康チェックをして体の様子を確認しましょう。

○5月の学校感染症情報○

- ・手足口病
 - ・水痘(水ぼうそう)
- (感染症ではありませんが食中毒による欠席者がいました。気をつけましょう。)

～健康診断のお知らせについて～

健康診断で専門医の診察・治療が必要となった場合には「結果のお知らせ」をお渡ししています。検診の結果によっては、主治医の「水泳可」の指示が出るまでは水泳指導への参加を待っていただくこともあります。お知らせが届いたご家庭は専門医を受診し、「結果のお知らせ」を提出してください。

食中毒予防の3原則

菌をつけない

- 手をよく洗う
- 調理器具の洗浄・消毒をする



菌を増やさない

- 調理後、早めに食べる
- 常温で放置せず、適切な温度で管理する



菌をやっつける

- 中心部までしっかり加熱する

