



ほけんだより

おうちの人といっしょに読んでください。

令和4年7月1日
江戸川区立大杉第二小学校
校長 笠井 三恵子
養護教諭 平佐田 結香理

梅雨が終わると、いよいよ夏本番ですね。さわやかな青空を見ると、外で思いっきり遊びたくなりますよね。しかし、この時期に注意してほしいのが熱中症です。体調が悪くなる前の「予防」が大切です。上手に熱中症対策をしながら、楽しく元気に夏を過ごしましょう。



コロナ × 熱中症 ~ 暑い季節に気をつけてほしい感染症 × 熱中症

マスク

水分補給

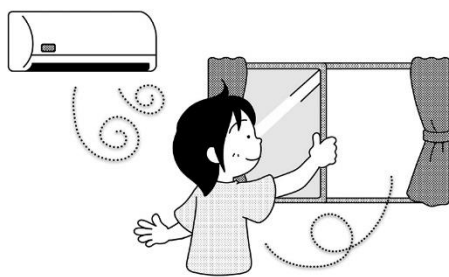
マスクでうるおっていると勘違いしないで、こまめに水分補給をしよう。



時間を決めて、飲むのもいいですね。

エアコン

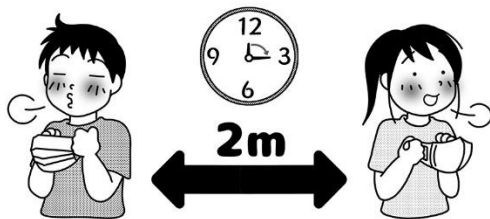
換気



エアコンをつけていても、こまめに換気をしよう。

時間

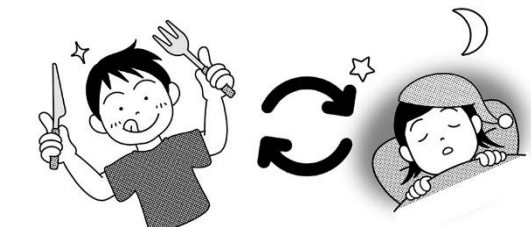
距離



距離をとって、マスクをはずそう。

食事

睡眠



感染症や熱中症にかからない体力作り。
基本は、食べて、寝ることです。

なつやす 夏休みの宿題 しゅくだい は 歯みがきチャレンジ☆



みんなで歯みがき
マスターになろう!

みなさんは、歯みがきがきちんできていますか？
丈夫な歯、健康な口だとこんなに良いことがあります☆

- ① おいしくごはんが食べられる!
- ② スポーツで大きな力が出せる!
- ③ 楽しく会話ができる!

●保護者の方へ

江戸川区区内において小中学生のむし歯罹患率が高いことを踏まえ、区立小中学校でむし歯予防として歯みがきとうがいの励行をお願いすることになりました。本校では、給食後のうがいの呼びかけを始めます。御承知おきください。また、歯みがきの習慣化を図るために、夏休みに歯みがきカレンダーをつけます。御家庭でも声かけや口の中のチェックをしていただき、さらに低学年では大人が点検みがきもされると良いでしょう。よろしく願いいたします。なお、歯みがきカレンダーは8月25日(木)始業式に提出してください。

※ 江戸川区歯科医師会より歯ブラシの提供がありましたので、児童一人につき一本ずつ配布いたします。よろしければ、御家庭での歯みがきに御利用ください。

★保健室よりお知らせ★



・定期健康診断の記録について

6月30日をもって、今年度の定期健康診断が終了しました。保護者の皆様には提出物等御協力いただき、ありがとうございました。定期健康診断の記録は、通知表と一緒にお渡しいたします。健康診断の結果、治療のお知らせを受け取り、既に医療機関を受診された方も記録として疾病名が記載してあります。この記録は御家庭で大切に保管してください。何か御不明な点がありましたら養護教諭まで御連絡ください。

・健康診断結果のお知らせについて

4月からの定期健康診断の結果、治療を要する人には「健康診断結果のお知らせ」を配布しました。夏休みは治療の絶好の機会です。「健康診断結果のお知らせ」をもらって、まだ受診していない方はこの機会に受診してください。内科・視力・眼科・耳鼻科のお知らせは再発行できますので、担任または養護教諭までお申し出ください。