

ほけんだより



江戸川区立第二葛西小学校 保健室 NO.4

令和6年6月28日

学校のようす



こまめに水分をとりましょう！

6月の中旬頃から溶連菌感染症や水ぼうそうなどでお休みする児童が増えています。また、頭痛や腹痛を訴えて来室する児童も多くいます。熱中症を起こさないためにも、こまめに水分をとることや早く寝て体調を整えることに気を付けて過ごしましょう。

こんな生活をしていると夏バテがやってくるよ…

＜7・8月の保健目標 夏を元気にすごそう！＞

<p>①毎日、夜おそくまで起きています</p> 	<p>②クーラーのきいた部屋ですごす時間が長い</p> 	<p>③冷たいものをとることが多い</p> 	<p>④湯舟につからず、シャワーだけで済ませる</p> 
--	---	--	---

はみがきデーをはじめました！

朝会で「はみがきデー」の説明動画を視聴し、昼休み後の歯みがきに取り組みました。「はみがきデー」以外の日は、「うがい」をするように働きかけていきたいと思えます。ご家庭では朝と夜の歯みがきを行うようご支援をお願いいたします。



保護者のみなさまへ

1 定期健康診断の記録について

定期健康診断が終わりました。結果を記載した「定期健康診断の記録」(健康診断の結果・発育測定の結果)を通知表のファイルに挟んで、7/19(金)に配布します。結果を確認していただき、ご家庭で保管をお願いいたします。

健康診断へのご協力ありがとうございました☆
病気が見つかри、まだ治療がお済でない場合は、早めの受診をお願いします。



2 歯みがきカレンダー(7/20~9/1)について

夏休みの歯みがきカレンダーを7/19(金)に配布します。(紙面で)長期休み中の生活リズムを崩さないためにも、朝と夜の歯みがきを1日のリズムに位置づけましょう。歯みがきカレンダーは9/2(月)に提出してください。

