



みんなげんきね

令和4年度 7月号 峰小学校 保健室



ひと
おうちの人と
いっしょに
一緒に読みましょう。

今年は記録的な早さで猛暑日になったこともあり、まだまだ体が暑さに慣れていない人もいます。少しずつでも暑さに慣れるように、比較的涼しい朝や夕方以外に出て散歩したり、エアコンの設定温度を下げ過ぎないようにしたりして、暑い夏を満喫しましょう！



「マスク熱中症」にご注意を！！



今、外出をするときは当たり前のように付けているマスク。自分やお友達を感染症から守るため、なかなか外すことができない…と思っている人もいます。

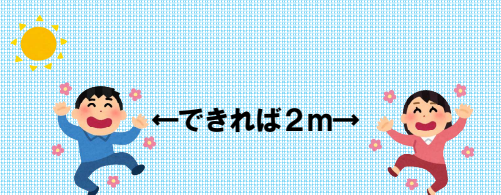
しかし、暑い日にずっとマスクをしていると熱中症になってしまうかも！？

こまめな手洗い・換気・密の回避などの基本的な感染症対策をしつつ、適切にマスクを外すことが大切です。



～ マスクをつける必要がないとき～

◎ 外にいて、人との距離が確保できるとき



◎ 外にいて、人との距離は確保できないが、
会話がほとんどないとき

登下校・会話のない外遊び・
自然観察などのときだね！



◎ 建物の中において、人との距離が確保でき、会話がほとんどないとき



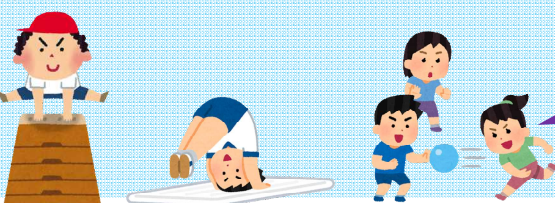
個人で行う読書などのときね！



この他にも、マスクが暑すぎるときや息苦しさを感じたときは、マスクを外して大丈夫ニャ！！マスクを外したら、おしゃべりは控えるニャ！！



◎ 体育の授業や、運動をするとき



体育や外遊びなどで体を動かすときは、
のどが渇いていなくても、こまめに水分補給することを忘れないでね！！



★第2回身体測定の実施について



下記の日程で今年度2回目の身体測定を行います。結果については、後日、健康票にて全員にお知らせいたします。結果を確認後、健康票の表紙の9月欄に押印またはサインをして、学校にお戻しください。

夏休み明けの新型コロナウイルス感染症の感染状況により、延期または中止となる場合がございます。ご了承ください。



日付	学年	備考
8月30日(火)	4・5・6年生	・身体や頭髪を清潔にしておきましょう。 ・髪の毛を結ぶ人は、正確に身長を測るためなるべく低い位置で結びましょう。
9月1日(木)	1・2・3年生	

★第2回歯科検診について



下記の日程で今年度2回目の歯科検診を行います。

2回目の歯科検診結果につきましては、異常があった児童にのみ配付させていただきます。

むし歯は自然治癒しません。歯と口の疾患を放置し、悪化すると、健康に悪影響を及ぼすこともあります。また、状態が悪くなる前に治療を始めると、治療期間も短くて済みます。受診勧告を受け取った人は、なるべく早めに受診し歯医者さんに診てもらいましょう。

夏休み明けの新型コロナウイルス感染症の感染状況により、歯科検診を中止する場合がございます。ご了承ください。



日付	学年	備考
9月2日(金)	1・3・5年生	・給食の後、しっかり歯みがきをしましょう。 ・矯正している人で、矯正器具を外せる人は外して診てもらいましょう。
9月6日(火)	2・4・6年生	

*峰小むし歯治療率…約37.2% (7/7 現在)

★夏休み前は受診・治療のチャンスです★

4月～6月に行った定期健康診断の結果、医療機関への受診が必要とされたお子様には、受診勧告の通知をお渡ししています。

体に不調があると、勉強や運動で十分力を発揮できません。夏休みの間に、受診や治療を終えておくと、夏休み明けからも元気に登校できますね。早めに受診し、専門医に診てもらいましょう。

医療機関を受診しましたら、速やかに治療証明の提出をお願いいたします。



黒板が見えにくいな…。

悪化を防ぐためにも早めの受診がおすすめです。

