

ほけんだより

豊郷北小
H30.7.2



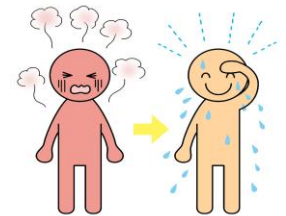
7月の保健目標：からだの清潔に気をつけよう

※おうちの人と読みましょう

梅雨が明けると急に暑くなります。そのときに起こりやすいのが「熱中症」です。熱中症について知り、予防することで楽しい夏を過ごしましょう。

知って防ごう！「熱中症」

気温は通常 150cm の高さで測ります。気温が 32℃ として幼児の背の高さ 50 cm では 35℃、より地面に近い犬などは 36℃ 以上です。大人が暑い時は、小さな子供はさらに高温の環境にいることになります。



子供の熱中症を防ぐポイント

① 顔色や汗のかき方を十分に観察しましょう

子供の顔が赤く、ひどく汗をかいている場合には、深部体温はかなり上昇していると推察できるので、涼しい環境で十分な休息をとりましょう。

② 適切な飲水行動を学ばせましょう

のどの渇きにに応じて適度な飲水が自分でできるようにしていきましょう。

③ 日頃から暑さに慣れさせましょう

普段から適度に外遊びをさせ、暑熱順化（暑さに体を慣らしていく）をさせましょう。

④ 服装を選びましょう

子供は服装の選択・着脱に十分な知識がありません。大人が熱放散のする服装を選び、環境に応じて着脱するよう声を掛けていきましょう。

【お知らせ】

★保健だよりと共に熱中症対策Book「水分補給を忘れずに！」を配付しました。御一読いただき熱中症対策の参考にしてください。

健康診断が終了しました

今年度の健康診断が全て終了しました。御協力ありがとうございました。先日健康票を配付いたしました。御確認いただき押印をお願いします。

○専門医による治療や診察が必要なお子さんには通知を差し上げています。今年度より、「治療証明書」や「診断票」を提出いただきましたら、健康票に「治療済」のスタンプを押します。受診がまだの場合は、夏休みのお時間のある時に、病院を受診されますようお願いいたします。受診されましたら「治療証明書」や「診断票」を学校まで御提出願います。

○内科検診で行われております運動器検診の精密検査については、整形外科が専門になりますので整形外科の受診をお願いします。

【受診率 6月末現在】

眼科 75.0% 視力 58.7% 耳鼻科 64.9% 歯科 27.5%



豊郷地域学校園 健康推進分科会からのお知らせ

豊郷地域学校園（豊郷中，豊郷中央小，豊郷北小，海道小）では、「豊かな郷の生き生きとした子どもたち」をテーマに，学校間の連携を図りながら各部会に分かれて小中一貫教育に取り組んでいます。

健康推進分科会では，豊郷地域学校園の小中学生の健康的な生活習慣の確立を目指して活動をしています。

《活動内容のお知らせ》

- ① 目の愛護ポスターの掲示による交流

＊豊郷地区学校園で夏休みに目の愛護ポスターを募集します。

- ② 感染症発生時の情報共有

- ③ 健康診断結果の分析を行い，豊郷地域学校園の小中学校における健康課題の把握（今年度より実施）



これらの他に豊郷地域学校園の体力向上分科会や食育推進分科会とも連携して活動しています。どうぞよろしくお願いいたします。

トイレの話

1階のトイレが洋式化してきれいになりましたが，トイレを済ませても水を流さずに出てしまう子供たちが低学年に見られます。オート水洗をお使いの御家庭は是非，子供が流す習慣を身に付けられるよう御配慮いただけるとありがたいです。

