

ほけんだより馬が

令和6年5月7日
昭和西小学校

しんねんど はじ げつ 1か月がたちました。あたらしい 学年・学級にも 少しずつ 慣れてきましたね。つかれた など 感じるときは、 ゆっくり お風呂につかったり、夜は いつも より 早く ふとんに入ったりして、元気に 過ごす 工夫を しましょう。また、 日中は ますます 気温が 高くなりますので、 上着を 脱ぐ など 体温調節をして、水分補給も こまめに するように 心がけて くださいね。



けんこうしんだん けっか し 健康診断の結果をお知らせしています



4月に 全学年の 歯科検診が 終了し、 全員に 結果を 通知して います。 病院に行く ように お知らせの あった人は、 早めに 受診され、 報告書を 学校へ 提出して ください。

定期的に 受診して 主治医と 相談されている 方は、 治療報告書の 欄に 保護者が その 旨を 記入し、 学校へ 提出して ください。

また、 学校での 検診は、 スクリーニング（ふるい分け という 意味で、 健康な 人も 含めた 集団から 疾病の 疑いのある 人を選別する 方法）ですので、 病院では 「異常なし」と 診断される こともあります。 ご了承ください。

しりよくけんさ けっか つうち 視力検査の結果通知について

5月から 視力検査を 実施します。 結果については、 眼科校医の 指示により 両眼がB以下 の 児童にのみ 受診勧告を 出すことになっています。「A・A」はもちろん「A・B」の 児童にも 通知を しません。 受診勧告を 受け取らなかつた 方は、 7月頃、 健康手帳に すべて の 健康診断の 結果を 記入して 配付しますので、 そちらで 確認して ください。

ねっちゅうしょう 熱中症に気をつけよう！



日差しの強さが増して、熱中症に注意が必要な時季になっています。外へ出るときはぼうしをかぶり、水分をこまめにとりましょう。

また、外で遊ぶときや、体育の時間は、マスクは外して運動するようにしましょう。普段からマスクをしている人も、「暑い」「息苦しい」などと感じたら、ためらわずにマスクを外しましょう。

熱中症は予防できる病気です。涼しいうちから体を動かしておくことで体が汗をかきやすくなり、熱中症にかかりにくくなります。



こまめに水分をとろう



しっかりねよう



3食バランスよく食べよう

ストップ熱中症！5つのチェック

- ① ぼうし 帽子をかぶる
- ② すいとう じさん 水筒を持参し、こまめに水分補給をする
- ③ どうげこうじ ひがさ しょう 登下校時に日傘を使用する（※希望者のみ）
- ④ くび ぬ とう ま げこう 首に濡れたタオル等を巻いて下校する（※希望者のみ）
- ⑤ きそくただ せいかつ たいちょうかんり 規則正しく生活し、体調管理をする