

ほけんだより

令和5年 7月19日 No. 7
 朝霞市立朝霞第二小学校 保健室
 ≪2学期に元気な顔を見せてね≫






7・8月の保健目標：規則正しい生活をしよう…「早ね・早起き・朝ごはん」はできていますか？



夏休みを楽しもう！

待ちに待った夏休みがはじまります。

1か月以上の長いお休みを元気に楽しく過ごすためには、気をつけなければならないことがあります。下のポイントに気をつけて、夏休みを過ごしましょう。

<p>な <u>何度も水分補給を！</u> のどがかわく前に水分補給をしよう。</p> 	<p>つ <u>常に換気！</u> 窓を開けてきれいな空気を取り入れよう。</p> 	<p>や <u>やりすぎ注意！</u> タブレット等は時間を決めて取り組もう。</p> 
<p>す <u>すぐに歯みがき！</u> 食事のあとにはすぐに歯みがきをしよう。</p> 	<p>み <u>みだ乱さない！</u> 生活リズムをくずさず過ごそう。</p> 	

1学期の保健室 (7/14現在)

1学期の間、保健室に来室した人は **715名** でした。

よく見られたけがは、「すり傷」です。

よく見られた体調不良は、「頭が痛い」です。

今学期は病院へ行かなければならないようなけがをする人がとても多かったです。

また、インフルエンザ等の感染症の流行が6月頃まで続き、例年より感染症にかかる人が多く見られました。

2学期は1年間でもっともけがをする時期です。1学期の学校での過ごし方を見直し、どうしたらけがを防げるのかを考えてみましょう。

○けが	491名
○体調不良	182名
○その他	42名
○合計	715名



ねっちゅうしょう
熱中症に

ならないために！



きそくただ せいかつ
規則正しい生活



すいぶん ほきゅう
こまめな水分補給



はず
マスクを外す

保護者の方へ

1学期間の学校保健活動へのご協力、ありがとうございました。

1学期の保健室来室状況は表面の通りです。

今学期は、本校ではインフルエンザをはじめとする感染症が6月頃まで長く流行していました。ここ数年間は感染症対策が徹底されていたためあまり見られることのなかった感染症が、今流行している印象です。まだまだ流行の落ち着きを見せていない感染症もあります。お子さんの夏休みの体調管理にはお気をつけください。

2学期はお子さんの心に残るような学校行事が多く予定されています。2学期のスタートを元気に切れるように、お子さんの夏休みの過ごし方にご配慮いただきますよう、よろしく願いいたします。

○「定期健康診断結果のお知らせ」のご提出について

「定期健康診断結果のお知らせ」等のご提出が確認できていないお子さんに、再度用紙をお配りしました。

「定期健康診断結果のお知らせ」は、医師に詳しく診ていただく必要があるお子さんにお配りしています。用紙が配られましたら、医療機関をご受診ください。定期検診等をされているお子さんは、次回検診時のご受診で構いません。

なお、学校での健康診断はスクリーニングを目的として行われるため、受診結果が「異常なし」となることがあります。ご了承ください。

8月29日(火)に用紙を学級担任へご提出ください。ご協力の程、よろしくお願いいたします。

ほけんしつ まど 保健室の窓から

1学期はどのように過ごすことができましたか？

「けがや体調不良が多かったなあ」と思う人は、学校での過ごし方や生活習慣を見直してみましょう。

今年度の1学期は、特に、病院へ行かなければならないようなけがが多かったように感じます。学校でのルールを改めて確認してみましょう。

けがや体調不良等をする事なく、夏休みを楽しんでください。2学期に思い出話を聞かせてくださいね！

