

ほけんだより



平成30年7月20日(金)
島本町立第四小学校
保健室

太陽の日差しが、とても強くなってきました。
日中だけでなく、朝晩も暑い日が続いています。
熱中症にならないために、自分でできる対策を
しっかりしましょう！

自転車は安全に！

- 信号無視をしない
- 『止まれ』の標識で、必ず一時停止する
- 並んで走らない
- 夜にはライトをつける
- 2人のりをしない
- イヤホンや携帯をつかいながらのらない
- 車と車の間から飛びださない

熱中症にならない！

- 水分(水かスポーツ飲料)をこまめにとろう
- 涼しいところで休けいしよう
- ぼうしをかぶろう
- 急に暑くなった日は運動を軽めにしよう

また、夏休みに入ると交通事故や水難事故が増えます。交通ルールを守り、安全な遊び方で遊びましょう！

二期、元気みなさんと会えることを楽しみにしています！！



汗ってどこから来るの？

汗は、全身の皮膚の下に数百万個もある「汗腺」という場所で作られています。材料は血液。99%が水分でできていて、残りの1%が塩分などです。なめるとしょっぱいのはこのせい。

★汗をかくのは大切なこと

体温が上がると、体の中の細胞が壊れたり内臓がうまく働けなくなったりして、具合が悪くなるのです。そうならないように、汗が熱を外へ逃がします。汗をかくのは、じつはとっても大切なこと。汗で失った水分は、水やお茶を飲んで取り戻してくださいね。

水辺の事故を防ぐために
こんなときどうする？

「川に遊びに行こう」と誘われた

A だまって遊びに行く
B 大人に声をかける

答えはB。子どもだけで水辺で遊んではいけません。

池にくつを落としてしまった

A 自分で拾いに行く
B 大人を呼んで拾ってもらおう

答えはB。子どもだけで何とかしようとせず、大人を呼びましょう。

夏は突然の雨が多く、急に水かさが増えることも。いつも遊んでいる場所でも事故は起きます。事故を防いで、夏を楽しもう。

歯科検診結果について



6月下旬に歯科検診がありました。結果については、①『歯・口腔の検診結果お知らせ(水色)』で報告させていただいています。治療が必要な場合は、早めの病院受診をよろしくお願いいたします。なお、受診された際には、『歯・口腔の検診結果お知らせ(水色)』の受診結果報告書の部分のみ学校へご提出ください。

医療券について



※対象の方へは、島本町教育委員会教育総務課より通知が届きます。今年度の医療券を、昨日発行させていただきました。定期健康診断の結果(健康カード)をご確認の上、医療券の対象となっている疾病がありましたら、治療の際、医療券を医療機関窓口へ提出してください。なお、医療券の発行までに病院を受診された場合は、領収書を保管しておいてください(医療券発行対象児童が決定し、医療券を発行させていただいてから、立替払いの手続きをしていただくこととなります)。また、医療券は一つの疾病に対して一枚必要です(有効期限は、発行年月日から3ヶ月間)。治療期間が有効期限を超える場合は、新しい医療券を発行しますので学校までご連絡ください。

医療券で治療できる疾病

- トラコーマおよび結膜炎(目の疾患)
- 中耳炎(耳の疾患)
- う歯(むし歯)
- 白癬、疥癬および膿疱疹(皮膚の疾患)
- 寄生虫病(虫卵保有を含む)
- 慢性副鼻腔炎およびアデノイド(鼻・のどの疾患)



不要になった新聞紙・洋服(半そで)の寄付をお願いします！

先月呼びかけをさせていただいた結果、たくさんの方々にご協力いただきありがとうございました。物品の不足に伴い、再度呼びかけをさせていただきます。寄付していただける場合は、学校に来られる時に持ってきていただくか、児童に渡していただき保健室までよろしくお願いいたします。

子どもの健康観察のお願い

愛知県で熱中症による小学生の死亡事故がありました。寝不足であったり夏バテをしていたりすると熱中症になる確立がかなり高くなります。熱中症にならないようにするためにも、お子様の睡眠時間の確保や朝食摂取を促しますようようしく願います。