

# 夏ほけんたより7月

令和6年6月30日  
一宮町立東浪見小学校  
保健室

暑い日もあった6月でしたが、東浪見っ子の様子を見ていると休み時間にはサッカーをしたり、鬼ごっこをしたりする元気な姿が見られました。東浪見小では、熱中症計を使い、暑さ指数を測定しています。測定結果は、イラストを掲示して子供たちに伝えています。熱中症にならないためにも、お子様に水筒を必ず持たせて、日頃からの体調管理を行ってくださいますようお願いいたします。



## 健康診断の結果配付について

7月に今年度の定期健康診断の結果をお知らせいたします。現在の体の状態や発育の様子を、お子さまと一緒に結果をご覧になりながら、お話する機会をもってくださいますようお願いいたします。

すでに、疾病や所見が見つかったお子さまには、その都度お知らせをしておりますが、検査や治療を受けて、より良い状態で学習や運動ができるようにしていただけたらと思います。また、検査や治療が済んでいない場合は、夏休みを利用して、検査や治療・相談ができるようお願いします。

所見があっても検査や管理の必要がないものもあります。ご不明な点がございましたら、担任または養護教諭にお問い合わせください。



**保 健 委 員 会 活 躍 中 ! !**



6月から毎週木曜日、保健委員会によるお昼の放送を始めました。内容は、ハンカチについてです。ハンカチを持ち歩かない、手を洗った後に手を拭かない東浪見っ子が見られることがきっかけです。保健委員会は、自主的に何度も練習し、とても上手に読むことができています。7月まで続ける予定です。



# ねっちゅうしょう ちゅうい 熱中症に注意しよう！



じどうのみなさんも読んでみよう。

「熱中症」は、体温の調節がうまくできなくなり、体に不具合があらわれることです。急にたくさん汗をかくと、体の中の水分や塩分のバランスも失われ、いろいろな症状がでてきます。

## こんな症状ないですか？

めまい・けいれん・吐き気・頭痛 など



上記の症状が出る前に気をつけたいこと

○のどが渇く前に水分補給をしよう

暑い日は、のどが渇いたなどと思う前に水を少しずつ飲みましょう

○通気性のよい涼しい服装で帽子をかぶろう

○気温の急上昇に注意しよう

○無理をしないようにしよう

睡眠不足などで疲れていると、熱中症にかかりやすいので、おかしいと感じたら早めに水分をとり、休みましょう。



## とらみしょう ねっちゅうしょうきけんど かくにん 東浪見小の熱中症危険度を確認してみよう！



1階トイレ前、2階昇降口に掲示しています。そとに行く前に確認してみましょう。



熱中症指数計  
朝礼台の横においてあります。活動前に自分で見てみましょう。

## 6月の東浪見小保健室の様子

6月3日～6月21日まで

★保健室に来た人数 215名

★けが 132名

★びょうき 75名



虫刺されの来室が多かったです。かかずに流水で洗ってから来室しましょう。