



令和7年6月2日
一宮町立一宮小学校
保健室

5月の中旬から、体調不良者が増えています。だんだんと夏に向けて気温が高くなってきますが、体が暑さに慣れておらず、体調を崩しやすくなっています。

また、朝晩は肌寒い一方で、日中は暑く、気温に合わせた適切な服装を心がけましょう。特に6月は梅雨のシーズンに入り、蒸し暑く、熱中症にかかりやすいです。水泳学習も始まっていますので、体調管理にはより一層力を入れましょう。



今月の健康診断

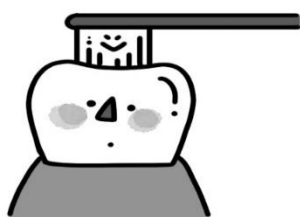
検査名	日にち	時間	対象
歯科検診	5日(木)	9:00	2年、5-1
	12日(木)	9:00	1年、5-2、5-3

5月29日から歯科検診が始まりました。下のイラストを参考に、丁寧に歯みがきをして歯科検診に臨みましょう。

歯科検診後、全校児童に結果のお知らせを配付しますので、「検査・治療をおすすめします」に該当した場合は、医療機関の受診をお願いします。

歯ブラシのさまざまな部分でみがこう

かみ合わせの部分には…



毛先の全体をあてる！

歯の裏には…



「つま先」や「かかと」をあてる！

歯と歯肉のさかい目には…



毛先をななめにあてる！

お知らせ

4・5月に行った心電図・視力検査・聴力検査・眼科検査・内科検診・耳鼻咽喉科検診の結果は、所見があった児童のみお知らせしております。

通知があった児童は、早めに医療機関の受診をお願いいたします。

すでに治療済みの場合は、用紙に受診日と病院名をご記入の上、提出をお願いいたします。

あんぜん たの すいえいがくしゅう まえ
安全で楽しい水泳学習のために ~プールの前にチェックしよう~

ぜんじつ よる
前日の夜はしっかりと
ねむれましたか？

あさ た
朝ごはんは食べて
きましたか？

て あし き
手足のつめは切って
ありますか？

しょうじょう
こんな症状はありませんか？

- ねつ ・ 熱 ・ げりや腹痛
- め あか はなみず
・ 目が赤い ・ せきや鼻水
- き も わる
・ 気持ちが悪い
- しんぞう むね
・ 心臓がドキドキしたり、胸が
痛かったりする
- て あし いた
・ 手足が痛んだり、むくんだり
している
- ・ けがをしている

しょうじょう
症状が1つでもあるときは、
せんせい そうだん
先生に相談しましょう。



みみ
耳そうじは
しましたか？

トイレへ
行きましたか？

みず ぎ すいえい
水着、水泳ぼうし、
タオルなどは持ち
ましたか？

プールの際に、感染しやすいのがアタマジラミです。シラミは清潔にしていなくても、髪の毛が他の人と触れることや、くしや帽子などの頭に触れるものを共有したりすることで感染します。お子様が頭をかくことが増えたら、お子様の髪の毛をかき分けてみてください。

アタマジラミが見つかった場合は、目の細かい専用のくしでといて卵を取り除いたり、専用のシャンプーやパウダーで除去したりする方法があります。また、学校で感染を広げないために、学校までお知らせください。



ジメジメした日も熱中症にご用心

熱中症は気温が高く、太陽が照りつける日に起こるというイメージがあるかもしれませんが、ジメジメとした湿度が高い日も熱中症の危険が高まります。

私たちの体は暑いと汗をかきます。この汗が皮膚から蒸発する時に体の熱と一緒に逃がして体温を下げ、熱中症を予防します。



しかし、湿度が高い日は汗が蒸発しにくく、体に熱がこもるため熱中症になりやすいです。

6月は暑い日が多くなる

上に、梅雨でジメジメする時期。スポーツや屋外活動

をする時は、気温だけでなく

湿度もチェックし、水分補給や休憩など基本の熱中症対策を徹底してくださいね。

