



ほけんだより

令和5年7月20日
夏休み号 保健室

いよいよ明日から、待ちに待っていた夏休みが始まりますね。

早ね早起き、3食きちんと食べるなど、正しい生活習慣で過ごし、体調を整えて充実した夏休みにしていきましょう。

また、安全には十分気をつけ、2学期の始業式には元気なみなさんと会えることを楽しみにしています。

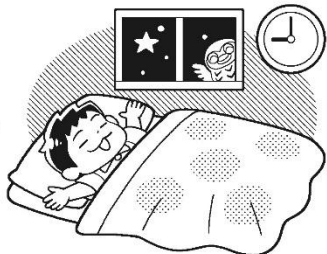


夏を元気に過ごすコツ

夏休みが終わったときに元気で会えるように、生活のしかたに気をつけて、楽しい夏休みを過ごしましょう。

すいみんリズムをくずさない

早起き早ねを
すると、朝から元気に
過ごせます。



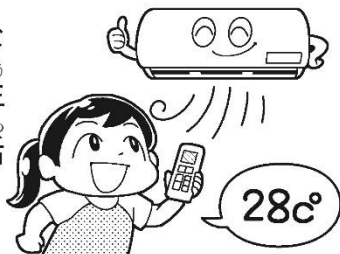
冷たい物を食べ過ぎない

冷たい物ばかり食
べていると、夏バテ
しやすくなります。



冷ぼうは設定温度に注意

設定温度が低くな
り過ぎないように注
意して、冷ぼうを活
用しましょう。



ゲーム・ネットは時間を決めて

ゲームやインター
ネットは、時間を決
めて使いましょう。



水遊びは大人といっしょに

子どもだけの水
遊びはとても危険
です。必ず大人と
行きましょう。



悪いことへのゆうわくに注意

軽い気持ちでした
ことが、大きな事件
や事故につながるか
もしれません。



夏休みは治りようのチャンス

健康診断で、疾病や異常の疑いがあった児童に、「結果のお知らせ」を渡しています。学校での健康診断は、疾病や異常の有無を判断するスクリーニングであり、確定診断ではありませんので、夏休みを利用して受診していただければと思います。「結果のお知らせ」は、医療機関に記入してもらうようになっております。受診後、「結果のお知らせ」は学校へ提出ください。よろしくお願いたします。



がっき ほけんしつらいしつしゃたいおうけんすう
1学期の保健室来室者対応件数(7月14日現在)

4月	けが	18件	たいちょうふりょう 体調不良	2件	
5月	けが	23件	体調不良	14件	
6月	けが	21件	体調不良	9件	
7月	けが	9件	体調不良	3件	合計 <u>99件</u>

1学期は、99件の保健室来室がありました。特にけがでの来室が多かったです。夏休み中は、生活リズムがくずれがちになり、夏休み明けのけがや体調不良につながります。気を付けてすごしましょうね!

おうちの方へ

お原頁

健康の記録について

個人懇談で「健康の記録」をお渡しします。
1学期に行った健康診断の結果や4月と7月に測定した身長・体重を記載しています。ご確認ください、表紙にサインまたは押印をして、2学期始業式の日に持たせてください。
よろしくお願ひします。

お口の川柳について

～夏休みの宿題です～

今年も、神石高原町歯科衛生連絡協議会より、「お口の川柳」についての募集があります。昨年に続き、全員応募する予定です。テーマは「歯・口にまつわるもの」です。用紙を配りますので、夏休み中に、1人1作品作って、始業式の日に提出します。

夏期休業中のコロナ感染症における情報提供について

児童が感染した場合

- 学校へご連絡をお願いいたします。
- 8月1日(火)と学校閉庁日(8月14日、15日、16日)は学校を閉めていますので、8月2日以降もしくは学校閉庁明けに学校までご連絡ください。
※教育委員会への連絡は必要ありません。