

あおぞら 7月

ほけんだより No. 4

蕪山南小学校 保健室 R4.6.29

☆7月には「ナイスの日（13日）」という記念日があります。アニメ映画が由来になっていて、素敵なことを探す日なのだそうです。「疲れた、もうだめだ」と思うより、「よく頑張った。えらいぞ自分！」とほめてあげる方が、よい結果につながるという研究データもあるそうです。暑い日が続きますが、ナイスなことをいっぱい見つけて元気に乗り切りましょう。



ねっ ちゅう しょう よ ぼう
熱中症予防

かきくけこ

が まんは禁物



き ゆうに暑くなる日は注意



く ろい服は避けよう

け んこうな人も油断しないで

こ まめに水分補給



マスクをはずして休憩することも忘れずに

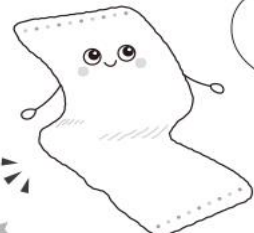
出かけるときは
一緒だよ

日差しから
守るよ



ぼうし

汗を
ふいてね



タオル

水分補給
忘れないで



すいとう

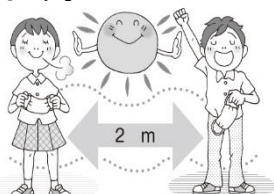
元気に

いってきまーす



★健康委員会が、「熱中症に注意しよう！」のスライドを作りました。7月中に見ることができると思いますので、楽しみにしててください。その中に「マスクの注意」があります。コロナも心配ですが、熱中症に気を付けないと命の危険があります。今までも、登下校や体育などでは、マスクをはずしてよいとお話してきましたが、暑い夏には特に熱中症にならないように注意しましょう。

ただし、マスクをはずす時は、なるべく距離を空けること、おしゃべりをしないように心がけてくださいね。



こんねんど けんこうしんだん お
 ~今年度の「健康診断」が終わりました~

☆6月24日に5年生のモアレ検査が終わり、これで全ての健康診断が終了しました。すでに「治療のすすめ」の紙を出してくれた人も多くいます。歯（黄色の紙）だけではなく、耳鼻科（水色の紙）、視力（緑色の紙）など、学校から紙をもらった人は、夏休みを使って、早めに受診しましょう。また、健康手帳に結果を記入したものを、順次返していますので、おうちの人と結果を見て、自分の体についてお話してみてくださいね。



★7月14日から始まる保護者面談で、治療の紙が出ていない方に、「夏休み中の治療の勧め」を配付します。紙をなくしてしまったという方は、お知らせください。再発行いたします。分からないことがありましたら、保健室に御相談ください。



★夏休みにも、歯みがきしっかりしましょうね。朝、昼、晩と歯をみがいたら、ぬりましょう。