

はすね こほけん がっ 蓮根っ子保健だより 7月

蓮根小学校保健室

「定期健康診断の結果」を配布します

保護者の皆様には、4月からこれまでの間、定期健康診断に多くのご協力をいただきありがとうございました。7月の終業式の日「定期健康診断の結果(A4 用紙1枚)」を児童に配布しますので、持ち帰りましてらご一読ください。2学期以降も、児童の健康面でのご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

夏に気を付けたい病気について

★熱中症・・・室内でエアコンを使っているにもかかわらず熱中症になることもあります。十分な睡眠や、栄養バランスの取れた食事をし、ストレッチなど軽く体を動かす工夫をしましょう。水分補給は、一度にたくさんではなく、飲む回数を多くしましょう。屋外での活動は、涼しい場所で休憩をし体を冷ましながらしましょう。

★咽頭結膜熱(プール熱)・・・主にのどや結膜が炎症を起こします。熱が出ているときは受診しましょう。タオルの共用などはしないようにしましょう。

★アデノウイルス感染症・・・高熱がでますので、受診をお勧めします。

★インフルエンザ、コロナウイルス感染症・・・夏でも流行の可能性があるので、高熱がでたら受診して検査を受けましょう。

★胃腸炎・・・ウイルスによる胃腸炎も心配ですが、暑さで水分補給を大量にしていると、胃液が薄まるため、消化機能が低下して胃腸炎になることもあります。また、冷房でおなかが冷えることで、胃腸の機能が低下することもあります。外出時には、冷え防止に肌着(インナー)着用をおすすめします。

★溶連菌感染症・・・少数ですが、流行が続いていますので、発熱したら受診して下さい。夏に限らず流行します。治療薬を最後まで飲み切ることが必要です。

9月の保健行事予定(予定は学校だよりにもございますのでご参照ください)

発育測定 9月2日(火)6年、3日(水)五組、4日(木)5年、5日(金)4年、
9月8日(月)3年、9日(火)2年、10日(水)1年 ※体育着着用です。

9月のスクールカウンセラー相談日(火曜日で学校のある日)

ご予約はお電話でお願いします(蓮根小03-3969-8401 8時~17時)
9月2日(火)、9日(火)、16日(火)、30日(火) ※23日はお休みです。