

お子さんと一緒にお読みください。



令和2年 7月1日 No. 4  
三芳町立三芳小学校 保健室

じめじめと暑い日が続いています。学校再開から一か月が経ち、新しい学年にも慣れてきたころかと思えます。気温の変化が激しい上に、天気が変わりやすいこの時期は体調を崩す児童が増えます。朝、登校する前にお子様の顔色や表情を見ていただき、体調不良の場合は無理せず休養する等、ご家庭でもお子様の体調管理にご注意いただければと思います。

## 今後の健康診断日程について

臨時休業に伴い、年度当初に実施予定であった校医検診及び視力・聴力検査等の健康診断を2学期実施に変更することとなりました。現時点での健康診断日程は下記の通りとなりますのでご確認ください。

### 【10月】

- 10月 1日(木)内科検診 2・3・6年生
- 10月23日(金)内科検診 1・4・5年生・すみれたんぽぽ
- 10月29日(木)心電図検査 1年生

### 【11月】

- 11月10日(火)眼科検診
- 11月18日(水)歯科健診 2・3・6年生
- 11月20日(金)耳鼻科検診 2・3・6年生
- 11月30日(月)耳鼻科検診 1・4・5年生・すみれたんぽぽ

### 【12月】

- 12月 2日(水)歯科健診 1・4・5年生・すみれたんぽぽ
- ※視力・聴力検査は日程を調整の上、後日連絡いたします。



けんこうかんさつ

## 健康観察カード



### ご記入をお願いします！

新型コロナウイルス感染症拡大につき、ご家庭での健康観察の実施をお願いしておりますが、7月も引き続きご協力をお願いいたします。今月分の健康観察カードはピンクの紙で配布いたしましたのでご確認ください。

最近、おうちに忘れてきてしまうお子様もいますので、必ず持たせるようお願いいたします。朝のお忙しい時間に申し訳ございませんが、感染症予防のためにご協力をお願いします。

## 7月の保健目標

あつ 暑さにまけない からだ つく 体を作ろう！

はじめとあつい日が続いています。そんな時、こわいのが熱中症です。夜更かしをしていたり、朝ごはんを食べていなかったりすると熱中症の危険性が高くなります。早ね早起き朝ごはんの規則正しい生活、のどがかわく前にしっかり水分補給をして熱中症にまけない体を作りましょう！



水分を補給しよう



規則正しい生活をしよう

## ほけんしつ の りよう の 保健室 利用 しかた

ほけんしつにはいくつかルールがあります。いっしょにかくにんしましょう。

☆ほけんしつに来る前に...

かならず、担任の先生に伝えてから来ましょう。

☆ほけんしつに入る時は...

しつれいします。○年○組の○○○○です。

(ケガをしたので・ぐあいが悪いので)来ました。と言いましょ。

☆転んだら...

ケガを水道で洗ってから来ましょう。

☆ほけんしつでは...

ぐあいが悪くて休んでいる人がいます。静かにしましょ。



とうこう 登校してきたら...

① 教室に入る前に手洗いをしましょ。

② けんこうかんさつカードを机の上にだしましょ。

なに 何かこまったことがあったら、先生に言いましょ。

