

# ほけんだより 6月

～おうちの人と読みましょう～ 令和3年6月3日 久山町立久原小学校保健室



福岡県の新型コロナウイルス感染症の患者さんがなかなか少なくならないまま「緊急事態宣言」が延長されました。学校では引き続き予防に気をつけながら過ごしています。

ただ、最近気になるのがマスクを忘れる人と検温表をなくす人が増えていることです。

「マスクは予備をランドセルに入れておく」

「検温表はおたよりと一緒に出さずランドセルに入れたままにして、朝の検温時に取り出す」など、少し工夫してみるといいですね！

さて、6月はたくさんの保健行事や学校行事が予定されています。感染予防を意識しながら、楽しい学校生活を送れるようにしましょう！



## もう一度確認しよう！「学校での決まり」とは？

- ① マスクをつけましょう！
- ② 石けんでしっかり手洗いして、手と指を消毒しましょう！
- ③ 相手との距離を守ろう！
- ④ 窓を開けて、換気しよう！
- ⑤ 給食は前を向いたまま食べましょう！
- ⑥ できるだけ「密集」「密接」「密閉」を避けましょう！



## 今年は早い梅雨入りです！

5月の後半から長雨が続き、今年は早めの梅雨入りでした。梅雨どきは、ジメジメ蒸し暑い日があるかと思うと、ひんやりと肌寒い日もあります。梅雨の晴れ間には、真夏のような日差しが照りつけて、気温が急上昇ということも考えられます。その結果、天気や気温の変化に対応できず、体調をくずす人も増えてきます。睡眠・食事・水分をしっかりとって、元気に梅雨を乗り切りましょう。



## 熱中症に注意！

これから夏に向けて、気温がどんどん上がります。マスクを着用しているため、体感温度も今までの夏より高く感じます。熱中症にならないように、次のことに気をつけて、暑い夏を元気に過ごしましょう！

- ① 必ず水筒にたっぷりのお茶を入れて持ってきましょう。途中でお茶がなくなってしまうように1日分を考えて持ってきましょう！
- ② 直射日光を防ぐため、必ず帽子をかぶりましょう！
- ③ 長い時間の外遊びや無理な運動は避けて、休憩を入れながら遊びましょう！
- ④ 朝から調子が悪いときは、無理せず、様子を見てから登校しましょう！



## 6月以降の健康診断の日程

6月 3日 (木)	耳鼻科検診	1 → 3 → 5 年生	9:30～
8日 (火)	眼科検診	1 → 2 → 3 → 4 → 5 → 6 年生	10:30～
22日 (火)	心臓検診	1 年生	8:45～
29日 (火)	歯科・歯面検診	1 → 2 → 3 → 4 → 5 → 6 年生	9:00～
7月16日 (金)	心臓二次検診	対象者	13:00～ (粕屋医師会にて)

### おうちの方へ・・・

- ※ 検査・検診後、再検査や治療が必要なお子さんには、個別にお知らせのおたよりをお渡ししますので、子どもさんが持ち帰りましたら、病院を受診してください。
- ※ 1学期に予定していた「内科検診」が、校医さんの都合で2学期以降に延期になりました。詳しい日程が決まり次第、またお知らせしたいと思います。それに伴って、心臓二次検診の対象者が、4月に提出していただいた「心臓病調査票」と「1年生の心臓検診」からのみ、決定します。内科検診後、再検査が必要と判断された場合は、個別にお知らせしますので、かかりつけ医を受診してください。

## 学校での歯みがき・フッ素洗口はストップしています！

コロナウイルス感染拡大防止のため、緊急事態宣言中は、学校での給食後の歯みがきとフッ素洗口は中止しています。ご家庭の方で歯みがきをしっかりと続けるようにご協力をお願いします。今後、学校でのフッ素洗口・歯みがきを再開するときは、ほけんだよりや学年・学級だよりなどでお知らせします。

