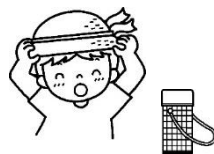


ほけんだより



兼次小学校保健室
発行:山内 あゆみ
令和2年度 5号

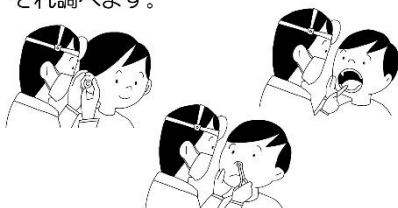
梅雨が明け、夏が本格的に始まります。休校明けの体力低下やマスクの着用により子ども達の体は、熱中症になりやすい状態と考えられます。今年は、特に「熱中症」の予防に心がけましょう。 ※水筒と帽子の準備を忘れずに!



7月の保健行事

耳鼻いんこう科検診

目・鼻・のどの病気がないかをそれぞれ調べます。



7日(火) 全学年

7日(火) 耳鼻咽喉科検診 ★13:30~

9日(木) 薬物乱用防止教室(6年)

照度・騒音測定

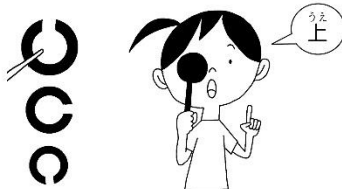
14日(火) 学校保健委員会①

15日(水) 視力・聴力・心電図検査 ★9:00~

*健康診断は、時間が決まっています。年に1度しか行われな
いため、なるべく遅刻や欠席のないようにお願いします。

視力検査

学習にさしつかえがない見え方ができているかを調べます。



15日(水) 全学年

聴力検査

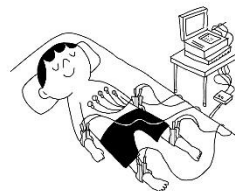
大きさや高さがちがう音を、きちんと聞き取ることができるかを調べます。



15日(水) 全学年

心電図検査

心臓がきちんと働いているかを、心電計という機器を使って、くわしく検査します。



15日(水) 一年生

*発育測定の結果を配布しています。発育曲線・肥満度曲線も載せていますのでご確認ください。

熱中症を予防しよう!!

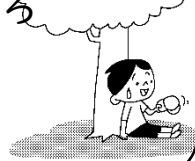
すいぶん えんぶん
水分(塩分)

をとる



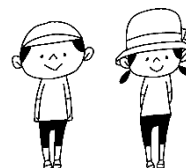
すず
涼しいところ

やす
で休む



ぼうし
帽子を

かぶる



その他にも、①睡眠をしっかりとり、②朝ごはんをしっかり食べる、③適度な運動を行い、暑さに慣れることで熱中症対策になります。