

ほけんだより

茨木市立畠田小学校

2016年6月30日

ふみづき 7月（文月）ですね

梅雨のこの時期は、暑い日もあれば肌寒い日もあります。湿度が高くじめじめし、過ごしにくい日が多く、気温の変化に体が適応できにくくなっています。1学期のまとめの7月を元気に過ごすためにも、しっかり睡眠をとり、体の疲れを残さないようにしましょう。

水泳指導がはじまりました

水泳は、心肺機能を高め、全身の筋肉をむだなく使う全身運動です。しかし、陸上で行うスポーツと違い、水中で行うので「生命」に関わり、危険を伴います。安全で楽しい水泳指導をしていきたいと思いますので、お子さまの健康管理と朝の健康観察をよろしくお願いします。

カードに「はんこ」を押す前に…

- ①顔色はいいですか？
- ②睡眠は十分とれましたか？
- ③朝食はしっかりと食べられましたか？
- ④目・鼻・耳などに異常はありませんか？
- ⑤下痢はしていませんか？
- ⑥つめは短く切っていますか？
- ⑦熱はありませんか？（熱がなくてもしんどいことがあります。）

保護者の方による
健康チェック！！



◇ 咽頭結膜熱(ブール熱) ◇

<原因> アデノウイルス

感染経路の多くは飛沫感染ですが、ブールなどでの感染もあります。接触感染も起こすので、注意は必要です。感染力が非常に強いので下記に該当する症状がありましたら、病院受診をお願いします。咽頭結膜熱は出席停止になります。

<主な症状>

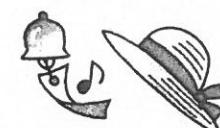
・突然の38°C~40°Cの高熱が出る・のどが腫れて痛む・目の充血、目やに、目の痛みなど

◇ アタマジラミ ◇ 季節に問わず発生します

アタマジラミは知らない間に感染します。特に低学年は、身体を寄せて遊ぶことが多いため、感染する機会が多くなります。アタマジラミの卵は、約0.5mmの楕円形で灰白色で、毛髪に産み付けられるため、簡単に取れないのが特徴です。見つかっても不安になることもあわてるかもしれません。薬局や皮膚科で相談して、根気よく取り除いてください。

かつ ほけんもくひょう
7月の保健目標

あつ ま けんき す
暑さに負けず元気に過ごそう



色覚検査について

色覚検査の希望がある場合、個別に検査を行うことになっています。
色覚検査を希望される方は、連絡帳で担任までお知らせください。



汗のはなし