



おうちのひとと  
いっしょによみましょう♪  
2023. 6  
みのはらしょうがっこう  
耳原小学校 ほけんしつ

つゆの季節になりました。雨の日が多くなり、ろうかや階段がぬれて、すべりやすくなっているため、注意が必要です。ろうかを走っている人を見かけますが、事故やけがにつながるおそれがあります。ろうかは絶対に走らず、歩くようにしてくださいね。また、4月からつづいた健康診断もついにラストスパートです。年に一度の健康診断。みなさんが、楽しく元気に学校生活を送るためにも、最後までしっかりとうけてほしいと思います。

## 6月 健康診断

日にち	検診	対象学年
2 (金)	眼科検診	1年生全員 2～6年の対象者
15 (木)	歯科検診	2・4・6年
29 (木)	歯科検診	1・3・5年

### 【心臓検診の結果のお知らせ】

5月1日に行われた1年生対象の心臓検診で、精密検査が必要な人には二次検査のお知らせをだしています。お知らせをもらっていない人は今回の検診では「異常なし」の結果でした。

### 【尿検査の結果のお知らせ】

5/19 (金)で尿再検査が終了しました。病院受診が必要な人には個別にお便りをお渡します。お便りをもらっていない人は、異常はありません。

### 健康診断の受診勧告にともなう受診結果における文書料について

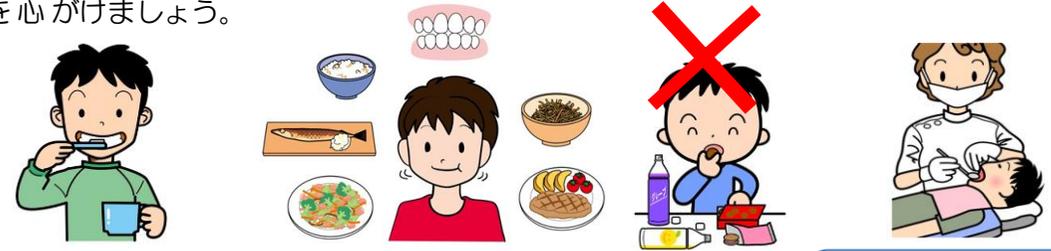
治療が完了しましたら、「受診報告書」を学校までご提出ください。また、医療機関にて健康診断の受診結果を記入していただく際、文書料を請求されることがあります。医療機関によって異なりますので、不明な場合は一度、受診される前に医療機関にお問い合わせください。

学校での健康診断は「スクリーニング」といって、病気等が疑わしいと思われる人を選び出すものです。そのため、病院で診てもらった結果「異常なし」と診断される場合もあります。お子さんが健康に学校生活を送られるように、ご理解・ご協力のほどよろしくお願ひいたします。



## は けんこう 歯の健康を考えよう!

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。歯と口の健康のために、みなさんに以下のことを気をつけてほしいと思います。健康診断をきっかけに毎日の生活を見直し、健康な生活を心がけましょう。



食後・ねる前に、はみがきを正しくしましょう

食事はよくかんで食べ、おやつはたべすぎないようにしましょう

歯科検診の結果、異常があれば、すぐに病院へ行きましょう

～クイズ「歯はどのくらいかたい?」～  
歯の表面のエナメル質と同じ硬さの宝石はどれでしょう?  
① ダイヤモンド  
② 水晶  
③ 真珠  
→答え②

## ねっちゅうしょう よぼう 熱中症を予防しよう!

私たちの体は、体の表面の皮膚に温かくなった血液を集めたり、汗をかいて蒸発させ、体の熱を逃がしたりすることで体温を一定に保っています。ところが、暑い中で長い時間、運動したり、遊んだりしていると、熱を体の外にうまく逃がすことができず、体がどんどん熱くなっていき、体調が悪くなります。これを熱中症といいます。

熱中症は、気温や湿度が高く、風がほとんど吹いていない蒸し暑い環境でよく発生します。さらに、日差しや地面からの照り返しが強い場所、梅雨明けすぐの急に蒸し暑くなった日などは特に起こりやすいため、これからの時期は注意が必要です。



### 熱中症にならないためにできること

- ✓ 外にでるときはぼうしをかぶる
- ✓ お茶や水分をこまめに飲む (のどがかわいていなくても、のみましょう)
- ✓ 規則正しい生活をする
- ✓ 朝ごはんを食べる
- ✓ 日陰でこまめに休む
- ✓ 体調が悪いときは無理をしない

ねっちゅうしょう よぼう 熱中症予防のためにも、毎日十分な量のお茶を必ず持たせていただくようご協力よろしくお願ひします。