

ほけんだより5月

[児童数配付]
2024. 5. 23
川崎市立幸町小学校
保健室

は わた そら しんりよく きぎ
晴れ渡った空に、新緑の木々。すがすがしさを感ずる季節になりました。しんねんど
新年度が
スタートしてから1ヶ月が過ぎ、新しい環境にだいが慣れてきたとともに、スポーツ
フェスティバルの練習が続いていたので、少し疲れが出てくる頃だと思ひます。体調
管理に注意しながら、今月も楽しく元気に過ごしましょう。

そろそろ注意！「熱中症」

5月のよく晴れた日は、日差しが強いことがあります。先日のスポフェスの日もとて
も暑かったですよね。寒い冬を過ごしてきたみなさんの体はまだ暑さに慣れていない
ため、熱中症に注意が必要です。熱中症になると「頭が痛い」「気持ちが悪い」

「めまいがする」などの症状があらわれます。
熱中症を予防するためには、衣服を調節する、こまめに水分をとる、運動をするときは休憩をとることなどが効果的です。教室や体育館などの建物の中でも熱中症になることはあります。特に水分は「のどが渴いた」と感じる前に意識的にとるようにしてください。



見逃さないで！ストレスのサイン



朝、起きられない

食欲がない

イライラする

やる気が出ない

ストレスを解消するためには、十分な睡眠、適度な運動、バランスのよい食事など基本的な生活習慣を見直すことも必要です。不安がある人は保健室で相談してください。

5月・6月の健康診断

24日(金) 内科検診 (5年生・2年2組)
28日(火) 内科検診 (1年生・4年4組)
6月20日(木) 内科検診 (6年生)



けんこうしんだんけっか健康診断結果のお知らせについて

学校でおこなう健康診断は、スクリーニングで疑わしいものを拾い出すことが目的です。健康診断の検査・検診が終了したのち、疾病や異常の疑いがあつた場合に「結果のお知らせ」を配付します。

(★歯科検診のみ全員に結果が配付されます。)

結果のお知らせを受け取りましたら、内容を確認していただき、保護者の判断で様子を見られる場合は用紙をそのままお持ちください。様子を見た後に受診された場合には、その結果を学校にお戻しいただければと思ひます。

よろしくお願ひいたします。

※ほけんだより4月号について【訂正】

今年度の校医の先生として、「昭和薬品 幸薬局 清水十和子先生」と紹介しましたが、幸薬局の所属ではなく個人で学校薬剤師を引き受けてくださることになりました。ご承知おきください。

新型コロナウイルス感染症・インフルエンザの登校許可書の取り扱いについて

学校感染症にかつた場合、学校への連絡と医師による『登校許可証明書』をお願いしています。R6年3月末まで新型コロナウイルス感染症・インフルエンザの登校許可証明書は“必要なし”としており、当面の間この取り扱いを延長しています。新型コロナウイルス感染症→提出書類なし、インフルエンザ→療養報告書(学校からお渡しします)の提出をお願いいたします。年度途中に変更がある場合は、改めてお知らせいたします。