



川崎市立富士見台小学校
保健室

梅雨つゆが明あけたら、暑い夏あつなつが始はじまります。保健室ほけんしつの前まえでは、3年生ねんせいが大切たいせつに育ててきたマリ
ーゴールドそだが、暑あつさに負まけずにきれいな花はなを咲さかせています。私わたしたちも、暑あつさに負まけず、
元げん気に夏休なつやすみを迎むかえたいですね。

ねっちゅうしょう 熱中症について

気温きおんや湿度しつどが高たかくなるこの時期じきは、熱中症ねっちゅうしょうも多おほくなります。学校がっこうでは、健康けんこう
委員会いいんかいが熱中症ねっちゅうしょう予防よぼうに関するビデオかんを作成さくせいし、6月の児童朝会がつじどうちようかいで放送ほうそうしました。
熱中症ねっちゅうしょうを予防よぼうするために大切たいせつなことは、『食事しょくじ・睡眠すいみん・水分補給すいぶんほきゅう』です。中なかでも朝
ごはんは、熱中症ねっちゅうしょう予防よぼうに必要な水分ひつようすいぶんや塩分えんぶんが摂とれるので、必かならず食たべましょう。

覚えておこう

水分補給のコツ



がぶ飲みではなく少しずつこまめに



のどが渴く前に



塩分やミネラル、糖分と一緒に



朝起きたとき、お風呂の後には
コップ一杯プラス



自分で
水が飲めない

受け答えが
おかしい



悪化すると

命にかかわることも。

すぐに対処しましょう。

ていきけんこうしんだん しゅうりょう 定期健康診断が終了しました！

今年度の定期健康診断は全て終了しました。ご協力ありがとうございました。7月に「健康の記録」を子供に渡します。ご家庭で、子供と一緒に成長の様子を確認してください。確認後、担任へご提出ください。不明な点がありましたら、担任または養護教諭までご連絡ください。



夏に多い子どもの感染症

7月は子どもの感染症が急激に増えます。

手洗い・うがい・十分な睡眠で予防を心掛けましょう。



ヘルパンギーナ

38～40度の発熱、のどの痛み、食欲不振、口の中の水泡など

手足口病

口の中、手のひら、指、足の裏の水泡など

咽頭結膜熱（プール熱）

38～39度の発熱、頭痛、のどの痛み、目の充血など



こんな症状が見られたら、まずは病院を受診してください。家庭ではこまめな水分補給をお願いします。

がっこうかんせんしょう 学校感染症について

学校感染症の診断を受けた場合は、医師の許可ができるまで登校はできません。登校するときには、医師から「登校許可書」をもらい、学校に提出してください。以下が学校感染症です。

【インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、百日せき、麻疹、風しん、水痘・帯状疱疹、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、咽頭結膜熱、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、溶連菌感染症、髄膜炎菌性髄膜炎】

※現在も引き続き、インフルエンザと新型コロナウイルス感染症は登校許可書の提出は必要ありません。出席停止期間は十分療養し、医師の指導のもと、回復してから登校するようにしてください。