

ほけんだより

令和4年7月8日

横浜市立あざみ野第二小学校
校長 宇都宮 桂
養護教諭 小川 眞由美



今年は、過去に例を見ないほど早い梅雨明けとなり、梅雨明けと同時に本格的な夏がやってきました。

暑さに体が慣れるまでは体調を崩しやすいです。規則正しい生活とバランスの良い食事を心がけて、夏を元気に過ごしましょう。

< 定期健康診断が終わりました >

4月からおこなってきた定期健康診断が終了しました。結果を健康手帳に記入して、夏休み前にご家庭にお返ししますので、ご確認の上、保護者④を押してご提出ください。

病気の疑いがあった場合は、「受診のおすすめ」という用紙をお渡ししました。この用紙を受け取られましたら、早めに医師の診察を受けてください。

尚、受診された結果、「異常なし」という場合もあるかもしれませんが、特に歯科検診につきましても、医療機関のような十分な設備がない中での検診につき、むし歯と色素沈着の区別がつきにくいです。受診結果が、「むし歯ではない」こともあるかもしれませんが、病気の疑いを見つけ、病気の早期発見につなげるという健康診断の趣旨をご理解いただきますようお願いいたします。

また、歯科校医の郷先生は、舌小帯異常や上唇小帯異常、不正咬合についても、丁寧にみてくださっています。それらに関しては、医療機関で一度相談されることをおすすめします。

< 結核検診について >

4月にご提出いただいた「児童保健調査票」の記載内容をもとに、結核検診を行っています。精密検査が必要な場合は、個別に連絡をしますので、夏休み中に医療機関で検査を受けてください。

<熱中症に注意しましょう！>

熱中症は、気温や湿度などの環境条件だけでなく、体調や生活リズムの乱れなども影響して起こります。屋外の気温が高いときだけでなく、湿度が高く風が弱い日や、体が暑さに慣れていないときは、熱中症に注意が必要です。

※学校では、体育の授業や運動系のクラブ活動、登下校中は、マスクを外すよう指導しています。

※日頃から十分な睡眠や食事をとること、水分をこまめにとることを習慣にしましょう。

※朝食にみそ汁や野菜スープなど、塩分やミネラルを含んだ水分をとることも熱中症予防になります。朝食をしっかりとってから登校させてください。

※水分補給のため、必ず水筒を持たせてください。

<新型コロナウイルス感染症にも気を付けましょう>

7月5日から3日間、5年生の1クラスが学級閉鎖となりました。学校では、手洗い、換気、消毒、マスク着用等の感染対策を行っています。ご家庭でも、気を緩めることなく、感染防止に努めてください。

【感染症対策におけるご家庭へのお願い】

- ☆ 引き続き、登校前の体温チェックと健康観察をお願いします。
- ☆ マスクを忘れる、マスクを落としてしまう、鼻血や汗などでマスクが汚れてしまうことがありますので、予備のマスクを複数枚ランドセルに入れて持たせてください。
- ☆ 発熱や風邪症状がある場合は、自宅で休養していただき、受診をお願いします。
- ☆ 本人、または、同居する人が、①陽性となった場合、②PCR検査を受ける場合、③検査結果が分かった場合は、必ず電話で学校へ連絡をしてください。
- ☆ 同居する人がPCR検査を受ける場合、結果が出るまでは、お子様は自宅で過ごすようにご協力をお願いいたします。
- ☆ 免疫力を高めるため、早寝早起き、バランスのよい食事など、規則正しい生活を心がけてください。