

ほひんたより 5月

東脊振小学校 保健室

～健康診断が変更になりました～

4月21日～5月13日の休校の影響で、健康診断が変更になりました。

| | 1年 | 2年 | 3年 | 4年 | 5年 | 6年 | ふれあい |
|-----------------------|-------------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------------|
| 身体計測 | 実施が済んでいます | | | | | | 交流学級 にて実施 |
| 内科検診 結核検診 運動器検診 | 新型コロナウイルスの影響により、二学期に延期 | | | | | | |
| 心臓検診 | 5/20 水 | | | | | | |
| 腎臓検診 | 5/19 火 8:25 までに保健室へ提出 (二次 6/2 木該当者) | | | | | | |
| 眼科検診 | 新型コロナウイルスの影響により、二学期に延期 | | | | | | |
| 歯科検診 | 新型コロナウイルスの影響により、二学期に延期 | | | | | | |
| 視力検査 | 5/26 火 | 4/17 金 | 4/20 月 | 5/29 金 | 5/21 木 | 5/14 木 | |
| 聴力検査 | 5/18 月 | 5/27 水 | 5/15 金 | | 5/25 月 | | |
| 耳鼻科検診 | 新型コロナウイルスの影響により、9～10月に延期 | | | | | | |

検診は延期になりましたが、結核検診問診票、運動器検診保健調査票は提出をお願いします。

マスクと熱中症の関係



全国的に気温が高くなる日が増えてきて、佐賀県でも最高気温が 25℃を超える日が増えてきました。
 マスクの中は湿度が高くなるので、のどの渇きを感じにくく、水分補給が不十分になりがちです。のどが渇いていなくてもこまめに水分を補給することが必要です。
 毎日水筒を持たせてください。

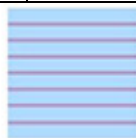
布マスクの効果を高めるには

キッチンペーパーやティッシュペーパーなどを挟むだけで効果が高まります。

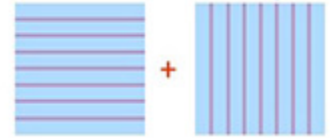
| | 微粒子のろ過効率 |
|----------------|----------|
| マスクだけ | 8.7% |
| 1枚ティッシュをはさむ | 45.8% |
| 2枚ティッシュをはさむ | 70.1% |
| 1枚キッチンペーパーをはさむ | 73.7% |
| 2枚キッチンペーパーをはさむ | 91.3% |

数字が大きいほど、微粒子をカットする効果が高いといわれています。

一枚の
ティッシュペーパー



二枚の
ティッシュペーパー (0+90°)



キッチンペーパーも同様に、2枚重ねるときは向きを変えて重ねるとより効果的です。マスクの大きさに切って、マスクの内側に入れておきましょう。

毎朝の体温測定、検温表への保護者様のサインも引き続きよろしくをお願いします。