

ほけんだより 7月

おうちの人といっしょによみましょう

H30.7.19 大山小 保健室 NO.5

いよいよ夏休みですね！けがや病気・熱中症に気を付けて、
 長い夏休みを健康にすごしましょう。
 健康診断の結果で、検査や治療が必要な人は、夏休みの間に
 病院に行って、みてもらいましょう。
 「わたしのけんこう」を配布します。おうちの人と身長・体重
 のグラフを記入しましょう。



夏休みを元気にすごしましょう！



長い夏休みを元気にすごすには、規則正しい生活をおくる
 ことが大切です。ねぶそくや朝ごはんぬきは熱中症や夏バテ
 にもつながります。夏休みも「はやね・はやおき・朝ごはん」
 に気を付けましょう。

夏休みもわすれずに1日3回歯をみが
 きましょう。暑い日が続きますが、ラジ
 オ体操・外遊び・水泳・スポーツなどで
 体を動かしましょう。熱中症にも気を
 つけて外ではぼうしをかぶり、水分もこ
 まめにとって、熱中症を予防しましよ
 う。夏休みを健康に、元気にすごして
 くださいね。



これ、何の数字？ 数字で見ると熱中症

Q1 26,702人
2017年7月中に熱中症で救急搬送された人数（全国）。1日あたり約860人、搬送されたこととなります。

Q2 9,646人
Q1の中で、入院治療が必要になった人の数。



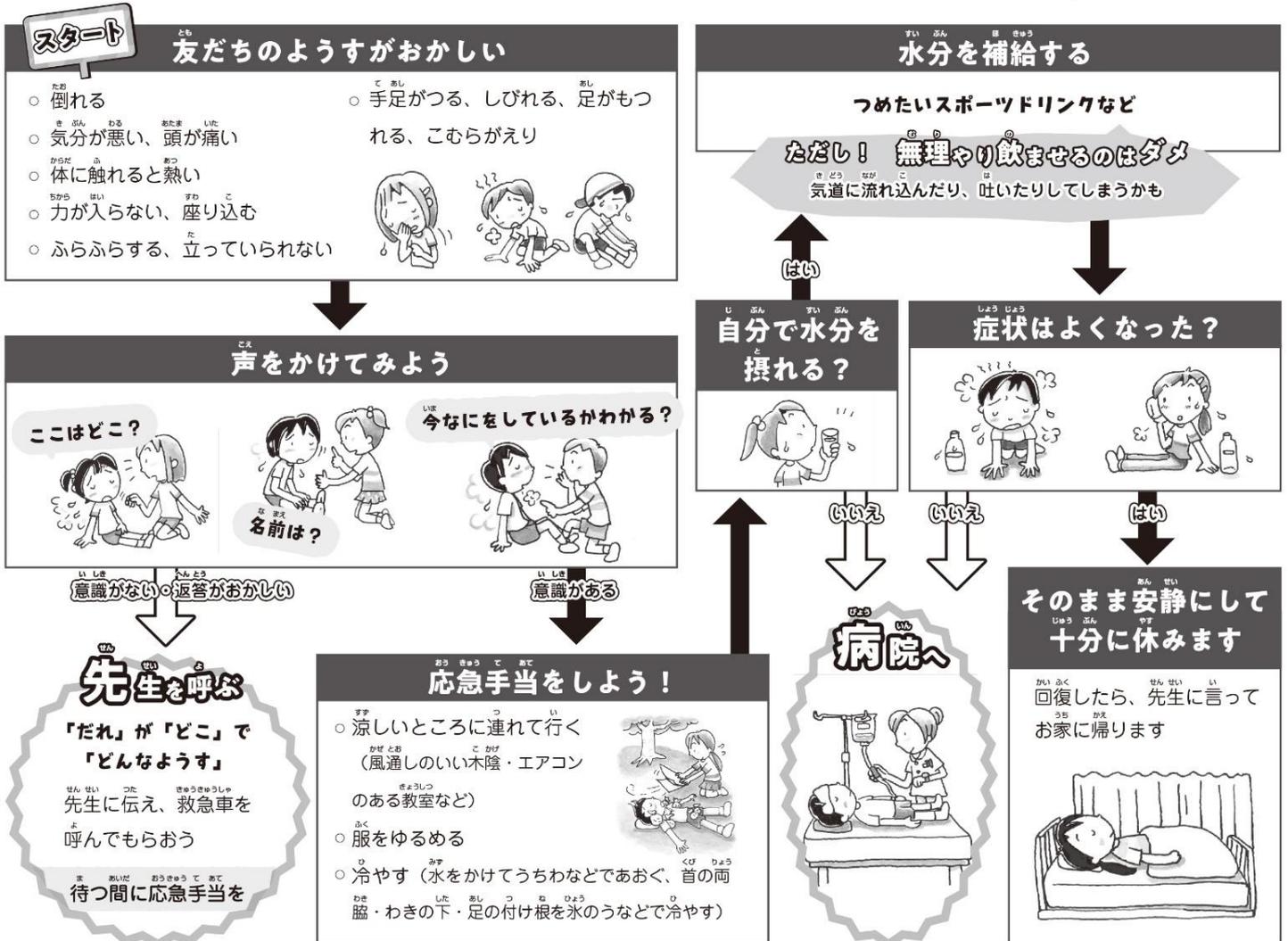
Q3 31人
Q1の中で、初診で死亡が確認された人の数。



熱中症対策をしっかりと行い、周りの友だちにも気を配って声をかけてあげてください。みんなでこの数字を少しでもゼロに近づけましょう。

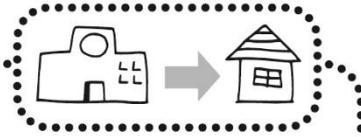
参考：消防庁「平成29年7月の熱中症による救急搬送状況」

熱中症かも！ どうすればいい？ 判断チャート



保護者の方へ

健康診断結果を受けて



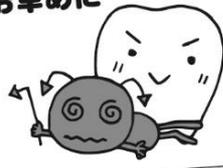
保護者のみなさまにもご協力いただき、今年度の定期健康診断は大きなトラブルもなく終了しました。ありがとうございました。



健康診断結果から、医療機関での治療・検査が必要とされたお子さんには「お知らせ」をお渡ししています。早期発見・早期治療はもちろん、夏休みの生活を充実させるためにも、できるだけ早い時期に受診していただければと思います。なお、学校健康診断は問題や疑いのある人をふるい分ける『スクリーニング』のため、最終的には病気や異常がない場合もあります。

また、今回の健康診断や、その結果に限らず、お子さんの心身の健康などについて気になること・ご心配なことがありましたら、学校・保健室までいつでもご相談ください。

げん き たの **元気に楽しく!** 
 **もうすぐなつやすみ** 

- もうすませた?**
は 歯のちりょうは
はや お早めに

- うみでも山でも**
ひ 日やけに注意
やま ちゅうい

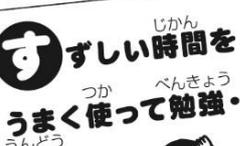
- すまほ・ケータイは**
ひと つか
おうちの人と使おう

- くっど モーニング!**
やす ちゅう
休み中でも
はや はやお
早ね早起き

- な**んどでも
おさらいを...
ねっちゅうしょうよぼう
熱中症予防

- や**さいをとって
いますか?
なつやさい
夏野菜もおすすめ!

- み**ずべはキケン!
こどもだけで
行かないで!

- す**ずしい時間を
つか べんきょう
うまく使って勉強。

- つ**めたい
た 食べもの。
飲みものは

- 
- 