

えが お



健康診断にご協力いただき、ありがとうございました

新型コロナウイルス感染症の予防のため、マスクの準備や毎朝の検温等、子供たちの体調管理に努めていただきありがとうございます。また、保護者の皆様からご協力をいただき、おかげさまで予定していた1学期分の健康診断を無事終えることができました。

2学期に予定している健康診断は、8月25日（火）耳鼻科検診、9月3日（木）眼科検診です。詳細は、ほけんだより「えがお」5号をご覧ください。

【健康診断結果について】

- | | | |
|------------|---|--|
| ○視力検査・聴力検査 | } | 検査の結果、専門医への受診が必要な児童にはお知らせを配布しました。受診後は、学校に 報告書の提出 をお願いいたします。 |
| ○内科検診 | | |
| ○心臓病検診 | | |
| ○尿検査 | → | 7月中に専門医への受診が必要な児童にお知らせを配布します。 |
| ○歯科検診 | → | 7月中に全児童へお知らせを配布いたします。 |

発熱した場合の出席停止期間について

県の通知により、児童が発熱した場合の出席停止の期間について変更がありましたのでお知らせいたします。

【これまで】

発熱等の症状がなくなるまでは、自宅で休養する。

【今後】

児童が発熱した場合は「解熱後3日経過観察してから登校」または「医師の診断により許可が出れば登校」となります。お子さんに発熱の症状がみられた場合には、医師の診断を受け、無理をさせず、ご家庭で休養させていただきようをお願いいたします。

解熱後3日経過観察してから登校とは・・・

1日	2日	3日	4日	5日	6日
発熱	解熱	← 1日	2日	3日 →	登校



発熱した場合の出席停止期間については、7月の健康観察カードの下部にも記載しております。ご活用ください。

熱中症にご注意ください



新型コロナウイルス感染症予防のための臨時休業に伴い、今年度は夏季休業の期間が短縮されました。夏の暑い期間に学校で活動することになるため、例年以上に熱中症対策が必要です。

お子さんと一緒に、熱中症の予防方法についてご確認ください。

熱中症ってなに？



暑い場所に長い時間いると、みなさんの体はたくさん汗をかいて、体温を下げようとします。そうして、体の水分が足りなくなると、体の調子が悪くなります。それが、熱中症です。熱中症は、しっかりと予防をすれば、防ぐことができます。

予防するため5つのポイント



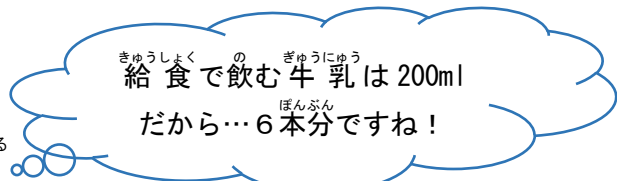
その1 暑さを避ける！

- ・ 日かげや涼しい場所で活動する。
- ・ 通気性のよい（空気が通りやすい）服を着る。
- ・ 服を選ぶときは、黒色を避ける。（黒はほかの色よりも暑くなりやすい）
- ・ 帽子をかぶって、頭に直接日光が当たるのを防ぐ。 など



その2 こまめに水分を補給する！

- ・ 飲み物として必要な水分は、1日あたり1. 2リットル
- ・ 「のどがかわいた」と感じる時には、すでに体の水分が足りなくなっています。そう感じる前に水分を補給することが大切です。



その3 急に暑くなる日に注意する！

- ・ 熱中症は、梅雨が明けた7月後半から8月前半に起こりやすいです。



その4 暑さに負けない体づくりをする

- ・ 暑さに慣れることで、熱中症になりにくくなります。天気が良い日は外に出て、運動しましょう。



その5 体調が悪いときは無理をしない

- ・ 体調が悪いときは無理せずに休けいしましょう。食事抜きも熱中症になる原因になります。