

ほけんだより 6月



2025.5.23
今市第三小学校

気温が急に上昇し、日中汗ばむ日も増えてきました。今年の夏も気温が高い日が多く、熱中症になりやすい状況が続くことが想定されています。熱中症予防のために、下記のような対策を考えておりますので、御理解と御協力をお願いします。

1 水分補給について ※水筒は通年持参可としています。

学校においてもこまめに水分を補給するようにします。

準備物 冷水・お茶類・スポーツドリンク等 ★原則水筒で持参

- 水筒には名前の記入を忘れずをお願いします。
- 食中毒予防の面からも、飲み物の余りは、当日廃棄してください。
水筒は毎日持ち帰り、よく洗浄し、新しい飲み物を入れてください。
- 水筒を忘れてしまった場合等は、水道水で水分補給は行います。



【水筒を持ち歩く際の注意】

子どもが水筒を斜めがけして持ち歩いてた際に転倒し、水筒が腹部等に当たり、けがをしてしまう事例があります。首や肩にかけている時は走らないように、また水筒は置いて遊ぶよう、御家庭でも御指導ください。



2 健康観察

体調が思わしくない時は、熱中症にかかりやすくなります。学校でも健康観察を行っていきますので、御家庭でもお子様の朝の健康状態をよく観察してください。体調が悪い時は測温し、37.5℃以上の発熱や風邪症状が強い時は、無理せず、自宅での休養をお願いいたします。



3 マスクの着用について

気温や湿度が高い日のマスク着用は、熱中症などの健康被害が発生するおそれがあります。**熱中症は命に関わる危険がある**ことを踏まえて対策しています。学校においても児童に声かけしていきますが、登下校時も含め、暑さで息苦しいと感じた時などには、マスクを外せるよう、お子様とも話し合っておいてください。

4 暑さ指数(WBGT)に応じた行動指針について

校庭に測定装置を設置し、原則その指数の段位に応じた運動指針で活動していきます。行動制限も出てきますが、より安全に授業や活動を行うために御理解ください。

5 その他(夏の健康・熱中症予防等のために)

- (1) 食事をしっかりととりましょう。(特に朝食はとりましょう。)
- (2) 汗をかきやすくなっています。汗ふきタオル、ハンカチ等は必ず身につけましょう。お風呂に入り、衛生を保ちましょう。お風呂に入ることは、暑熱順化(暑さ慣れ)にもよいと言われています。
- (3) 睡眠を十分とり、心身の疲れをとりましょう。
- (4) 外遊びのときなどには、帽子をかぶりましょう。風通しのよい服装で過ごしましょう。



歯科検診のお知らせ 6/5(木) 9:00～ 歯科検診

★当日の朝は、特に丁寧に歯みがきをして、登校してください。



令和7年度 歯と口の健康週間 6/4 ～ 6/10
～ 歯みがきで 丈夫な体の

基礎づくり～



6月中旬より水泳学習始まります



目・耳鼻・皮膚、また心臓や腎臓に疾患やその疑いのある人は、水泳の可否を医師に御相談ください。健康診断で受診が必要とされた人には、受診のお知らせを順次お渡ししています。お忙しい中ですが、受け取った場合はなるべく早めに医師の診察や相談を受け、受診結果を学校に御提出ください。



お知らせ

保健室に温水シャワールームがあります。アトピー体質で体育後やプールの後に汗を洗い流す措置が必要な場合等、医師の指示により、利用を希望される方は、学年担任または保健室に一度御相談ください。