

利府町立しらかし台小学校 保健室

平成25年7月1日

晴れると夏のように日差しが強くなってきました。
プールからも元気な声が響いています。

保健室のテラスには今年もグリーンカーテンの準備
をしました。アサガオ、ヘチマ、フウセンカズラなど、
ツルが早く伸びると良いです。

身体がまだ暑さに慣れていない時に、熱中症が多く
発生する傾向があります。早く寝て疲れをためない、
水分をこまめにとるなど予防に努めましょう。



規則正しい生活をして暑さに
負けない体をつくろう



「健康カード」を確認してください

健康診断が全て終了しました。ご協力ありがとうございました。

検診の結果を健康カードで確認していただき、裏面には
んこを押して、また学校に戻してください。

むし歯治療の報告がまだの人たちには、メモをつけまし
た。早めの治療をお願いいたします。

いつ治す?



今でしょ!!



7月の保健行事

健康診断の項目には入っていないのですが、眼科校医の勸
めにより、4年生の希望者に色覚検査を行います。5・6年生
でも昨年度やらなかった人はできますので、休み時間保健室に
来てください。






プールを楽しもう




プールの調査票を提出していただきありがとうございました。今年も事故なく楽しいプールにしていくために、ご家庭でも健康チェックをお願いします。

1 前日までに

水着やタオル、下着、帽子に名前を書き、書いておきましょう。



【ぶつかる】とケガにつながります!!
手や足の爪は、短く切っておきましょう。



【おぼれる】のを防ぐために!!

- 病気の治療はすんでいますか。
- ・目
- ・鼻、のど
- ・耳
- ・皮膚
- 前日は、早めに寝て、睡眠時間をしっかりとるようにしてください。






2 プール当日の朝

以下の様子が見られる時は、プールには入れません。

★全身



- 次のような様子はありませんか。
- ・元気がない
- ・機嫌が悪い
- ・ぐったりしている
- ・顔色が悪い
- ・食欲がない
- 次のような症状はありませんか。
- ・熱がある
- ・皮膚がただれている、かぶれている
- ・ケガをしている

★お腹




- 次のような様子、症状はありませんか。
- ・お腹が痛い
- ・下痢をしている
- ・嘔吐

★鼻

次のような症状はありませんか。


- ・鼻が詰まっている
- ・鼻水が出ている



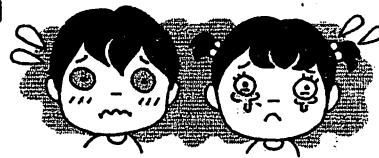
★耳

次のような症状はありませんか。

- ・耳が痛い



★目



次のような症状はありませんか。

- ・充血している
- ・涙目になっている
- ・目やにがでている

★のど

次のような症状はありませんか。

- ・のどの痛み
- ・咳が出る
- ・声がかれている
- ・扁桃腺が腫れている

