

ほけんがよし 7月

R5. 7. 13 (木)

中塚小学校 保健室

No.6

あと1週間で、夏休みですね。夏休みはさまざまな経験を通して、心と体をひとまわり大きくする絶好のチャンスです。「こんなことをしたよ!」「こんなところに行ったよ!」など、みなさんのお話を聞けることを楽しみにしています。健康に気を付けて、元気に過ごしてくださいね。



夏休みの約束

あいうえお

あ さごはんを
まいにち
毎日食べよう



い つもと同じ時間に
お起きて、ねよう



う んどうするときは
すいぶんほきゅう
水分補給を忘れずに



え いろいろバランス
のよい食事をとろう

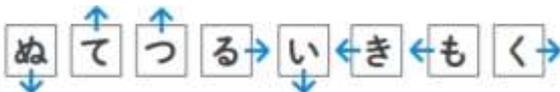


お 風呂に入って
つかれをとろう



暗号チャレンジ!

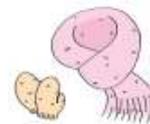
問題1 下の暗号を解くと、出てくる言葉は何かな?



問題2 問題1の答えは分かったかな?

その答えを予防するために大切なことは何でしょう?

- ① 帽子, マフラー, 手袋
- ② 帽子, タオル, 水筒
- ③ 帽子, マスク, 眼鏡



答えは裏面にあります

保護者の皆様へ

○健康の記録について

本日、保健関係連絡袋に入れて配付しました。内容確認後、表紙の保護者印欄に押印の上、学校に提出してください。 **提出期限：7月18日（火）**

○夏休み中の治療について

各種健康診断の結果から、治療や専門医への受診が必要と判断されたお子さんにつきましては、すでに学校から「検診結果のお知らせ」を配付しています。

検査環境の違いから病院では「異常なし」と診断されることもありますが、大切な体のことですので、まだ受診していない場合は夏休みを利用して病院を受診することをお勧めいたします。

病院受診後は「受診報告書」の提出をお願いします。



○夏の感染症予防について

県内でヘルパンギーナや手足口病、溶連菌感染症が流行しています。夏休み中もこまめな手洗いなどを心掛け、感染症予防に努めてください。

ヘルパンギーナ

主な症状

- ・発熱（38～39℃）
- ・水疱性の発疹（口の中のみ）



手足口病

主な症状

- ・手のひらや足の裏、口の中に水疱性の発疹
- ・熱が出ることもある



溶連菌感染症

主な症状

- ・発熱（38～39℃）
- ・喉の痛み
- ・イチゴ舌（舌に小さな発疹）



○ルルブル・エコチャレンジについて（1・2年生のみ）

1・2年生のお子さんを対象に、夏休み前に「ルルブル・エコチャレンジ」を配付する予定です。基本的な生活習慣が定着するよう、御家庭で挑戦してみてください。

なお、詳細につきましては、「ルルブル・エコチャレンジ事業について」を御覧ください。

実施期間：夏休み中の4週間

提出期限：8月25日（金）まで担任に提出してください。

※提出したお子さんのみ、後日認定証が届きます。



☆あんごう 暗号チャレンジの答え☆

もんだい 問題1：ねっちゅうしょう

もんだい ほうし 問題2：帽子、タオル、水筒

わ	ら	や	ま	な	た	さ	か	あ
	り		み	に	ち	し	き	い
を	る	ゆ	む	ぬ	つ	す	く	う
	れ		め	ね	て	せ	け	え
ん	ろ	よ	も	の	と	そ	こ	お