

# ほけんだより

令和7年7月号

## 学校保健目標

生涯にわたって健康な生活が送れるよう、必要な知識や行動様式を身につけさせ、自他の健康に関心が持てる態度を養う

7月に入り、気温・湿度の高い日が増えてきました。早寝早起き朝ごはんの規則正しい生活とこまめに水分補給をして熱中症を予防しましょう。また、水ぼうそうが埼玉県で増えております。（国立健康危機管理研究機構 感染症情報提供サイト 6月24日付発表で全国1位：1医療機関1.76人）体に発疹が出たり、咳が続く時は、一度病院で診ていただくと安心です。また、学校で体に発疹出ていた際は、病院受診のすすめとお子様の安静のため、お迎えのお願いの連絡をすることがあります。お忙しいところと存じますがご理解ご協力をお願いいたします。

## 学校保健委員会を開催しました！



学校薬剤師さんより、正しい薬の服用についてお話いただきました



保健委員会より健康診断結果について発表しました



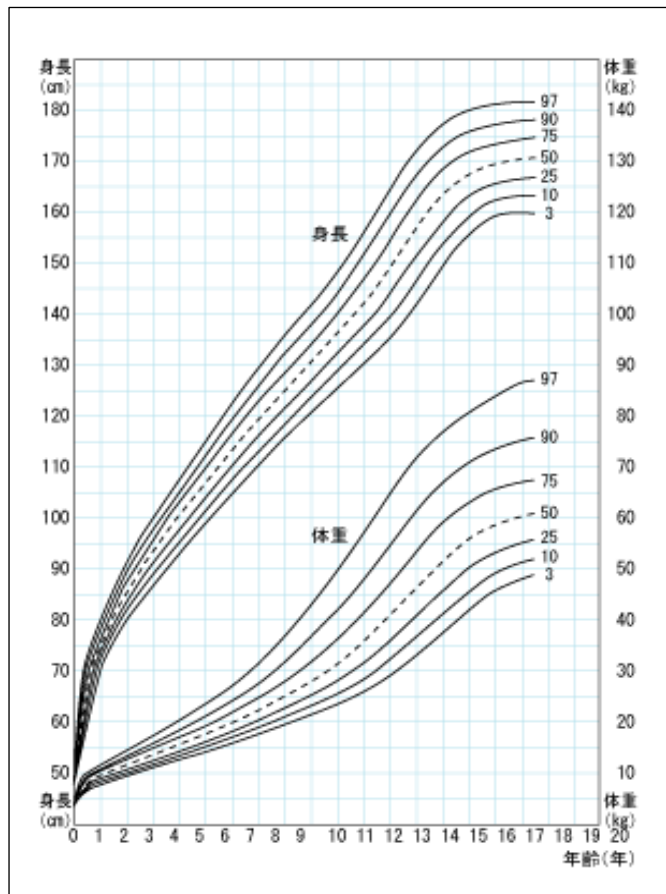
6月18日（水）学校保健委員会を開催しました。今回は、学校薬剤師さんより、「正しい薬の服用」「薬剤師の仕事」についてお話をいただきました。また、児童保健委員会より、視力低下を防ぐためのポイントやむし歯の予防方法を紹介しました。ご多用のところご参加いただき、ありがとうございました。

## こまめな水分補給で熱中症を予防しましょう

熱中症を予防するために、のどがかわく前にこまめな水分補給をしましょう。また、その日の活動や暑さにあわせて、水筒の中身や量を調節しましょう。蓮田中央小では、熱中症対策として原則 9 月 30 日（火）まで水筒の中身に水・お茶・麦茶に加えてスポーツドリンクも可としています。暑くなりそうな日やたくさん運動をして汗をかきそうな日にはスポーツドリンクもご検討ください。ステンレスボトルを使用する際は、スポーツドリンクに対応しているものかどうかご確認ください。



## けんこうカードをお返しします



健康診断にご協力いただきありがとうございました。順次けんこうカードを返却いたしますので、押印の上担任へご提出ください。5年生の脊柱側弯検診は 2 学期に実施のため、2 学期の返却時にお知らせします。

「けんこうカード」がお手元に戻りましたら、お子様の身長と体重を成長曲線に記入しましょう。

成長曲線では、お子様の成長を知ることはもちろんですが、身長・体重を長期的に経過観察することで疾病（甲状腺の病気や低身長など）を早期発見できることがあります。

お子様と一緒に記入をして、成長を確認してください。また、身長の伸びが少ない、体重の増加・減少が急に生じている場合は、病院を受診した方がよいこともあります。詳しい成長曲線をお渡しいたしますので、担任・養護へお声かけください。