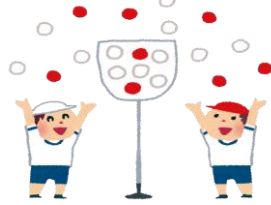


# ほけんだより 5月

家庭数

令和6年5月2日  
流山市立東小学校  
保健室



運動会練習がはじまります

4月にけがで保健室  
で手当てをした人  
184人

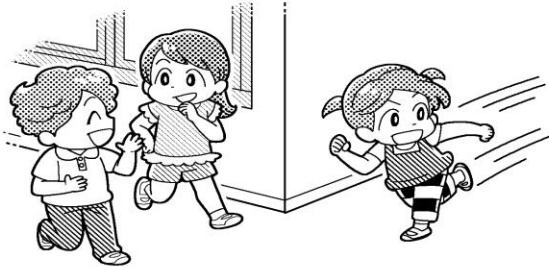
5月6日は「立夏」、暦の上では夏の始まりです。真夏のような暑さではありませんが、暑い日もでてきました。体がまだ暑さになれていないため、熱中症に気をつけて、運動会練習や外遊びをしましょう。放送や先生から熱中症予防のお話がありますが、自分でも「水分補給」「帽子をかぶる」「具合が悪い時は無理をしない」を心がけましょう。

～今月の保健目標～  
けがに気をつけて安全にすごそう  
生活リズムをととのえよう

## けがを予防しよう

事故やけがは、その場のかん境と人の行動とが関わり合って起こります。次のような行動は、けがにつながります。けがを防ぐためには、周りの状況をよく見て危険を予測し、注意深く行動することが大切です。

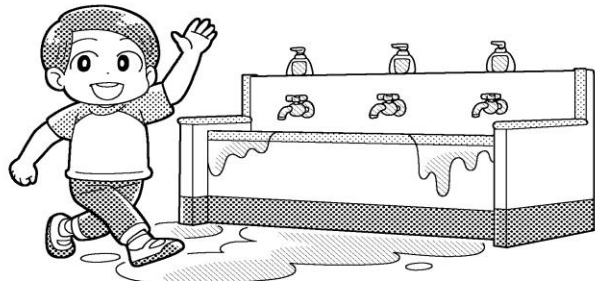
× 見通しの悪い場所で走る



× 段差がある場所で危ない行動をする



× すべりやすい場所で周りを見ていない



× 物が多い場所でふざける



© 少年写真新聞社 2024

## 5月の予定

※色覚検査は4年生の希望者が対象です

※尿検査の容器等は前日(5/20)に配付します

5月1日(水)	視力検査 4年	5月2日(木)	視力検査 5年
5月7日(火)	視力検査 6年	5月9日(木)	歯科検診 全学年 ※5,6年生は歯ブラシ持参
5月13日(月)	色覚検査4-2,4	5月16日(木)	色覚検査4-3
5月17日(金)	色覚検査4-1	5月21日(火)	尿検査一次 全学年
5月22日(水)	眼科検診 全学年	5月28日(火)	内科検診 2,3,5年 尿検査一次予備日

## こんな日は熱中症にご用心

湿度が高い日  
急に暑くなった日  
風が弱く、日ざしが強い日

体がまだ暑さに慣れていないこの時期、急な運動をすると熱中症の危険があります。

- ✓ こまめな水分補給
  - ✓ タオルで汗をふく
  - ✓ 帽子をかぶる
- 今からしっかり対策しましょう

～水筒をわすれずに持ってきましょう～

おうちの方へ

【4月の感染症状況】 新型コロナウイルス感染症、溶連菌感染症、インフルエンザ B 型、水痘(みずぼうそう)の報告がありました。

### 水痘(水ぼうそう)



連休初日にメールでお知らせしましたが、連休後にも数件の罹患報告がありました。学校医の柴沼先生に水痘(みずぼうそう)についてお聞きました。

- ・感染経路は飛沫感染、接触感染、空気感染もある。基本的な感染症対策を行うこと(手洗い・うがい・マスク) 主な症状は発熱、発疹、かゆみ
- ・2回のワクチン接種済みでも罹患します
- ・その場合症状が軽いことがあります。発熱なし、発疹の数も少ない等
- ・治療薬があるので、軽度でも発疹等がみられたら早めに受診すること
- ※学校感染症のため「出席停止」となり欠席にはなりません。出席停止期間は「すべて発疹が痂皮化するまで」です。医師による「治癒証明書」が必要です。