

保健だより 8月



令和5年7月20日
さくら市立氏家小学校

8月の保健目標：規則正しい生活をしよう

気温30℃をこえる暑い日が続き、熱中症になる可能性がかなり高いです。日頃からこまめな水分補給、適度に休むことに加えて、しっかりと朝ごはんを食べること、夜ふかししないで睡眠を十分にとることが大切です。規則正しい生活は、病気の予防につながります。夏休みも規則正しい生活を送って、元気に過ごしましょう。



◆感染経路

タオル等に触れた手を
介した経口・接触感染
咳やくしゃみによる
飛沫感染



夏に流行しやすい感染症にご注意を!

咽頭結膜熱 (プール熱)

- 発熱、のどや目に炎症が起る急性のウイルス感染症です。プールでの感染があることから「プール熱」とも呼ばれます。

ヘルパンギーナ

- 突然の高熱とのどの奥に水ぶくれができるウイルス性疾患で夏風邪の一種です。

手足口病

- 口の中、手、足を中心に水ぶくれをとともう発疹ができる急性のウイルス感染症です。

予防法

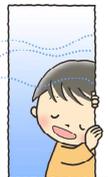
帰ったらすぐうがいと手洗いをしようね



せきエチケットを守ろう



部屋の空気をいれかえよう



☆夏休みは外出する機会も多くなるかと思われます。新型コロナウイルス感染症に感染することもあるかもしれません。引き続き、感染症予防に努めていきましょう。

保護者の方へ

4月から行ってきた健康診断にご協力いただきありがとうございました。健康診断の結果、治療や検査が必要と診断されたお子さまには、受診を勧めるお知らせを出しました。まだ、専門医を受診していない場合は、夏休みを利用し、診察を受けるようお勧めします。なお、受診が終了しましたら「受診結果」の提出を速やかにお願いします。

きぼうしゃ と く
希望者は取り組んでみましょう！

なつやす ちようせんじょう
★夏休み ピカリンからの挑戦状★

は
歯みがきカレンダー2023夏

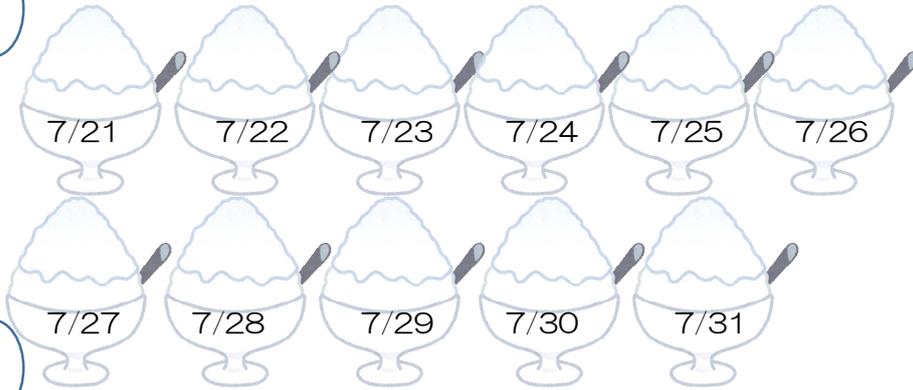


ねん くみ なまえ
年 組 名前

じぶん かんが
自分でめあてを考えてみよう。

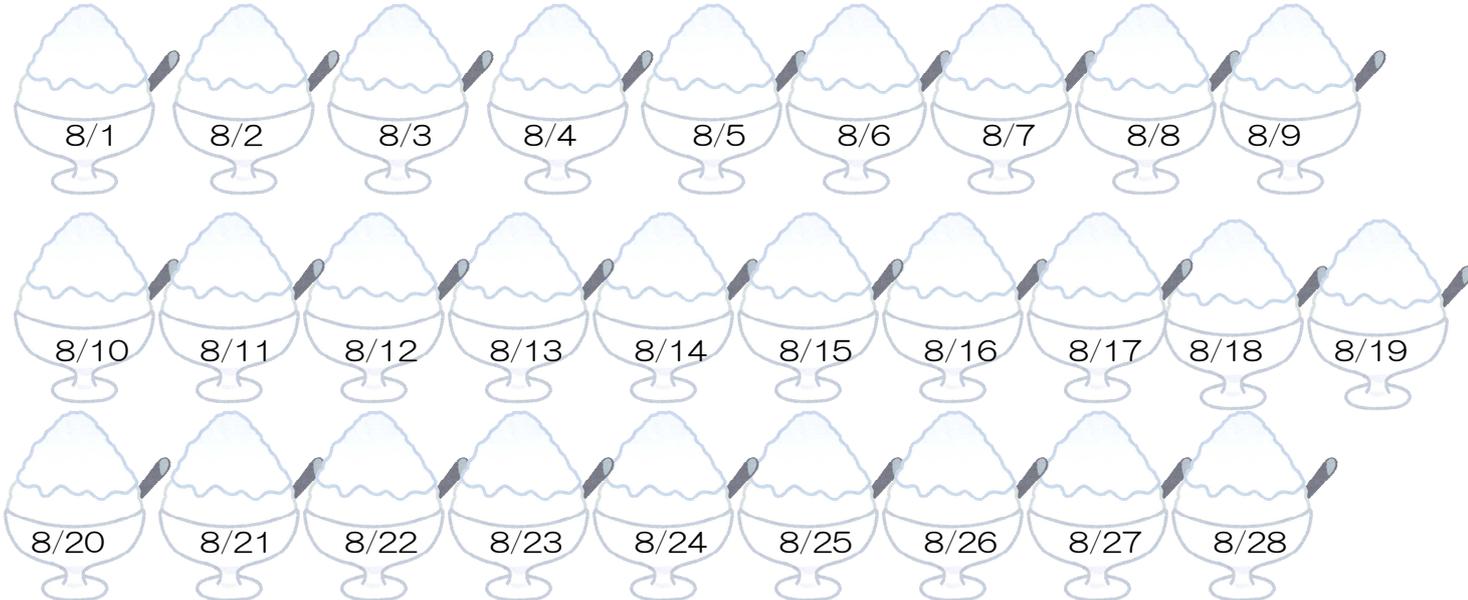
め

がつ
7月



めあてが達成できたら、
いろ
色をぬりましょう。

がつ
8月



ふ き か
気づいたことを書きましょう。



きぼうしゃ うじしょう いんさつ
希望者は氏小ホームページから印刷してください。

きにゆう ひと がつ にち か がっこう ていしゅつ
記入した人は、8月29日（火）に学校に提出しましょう。