

佐屋小学校
保健室
H28. 6. 30
第 4 号

ねっちゅうしょう よぼう 熱中症を予防しよう!



暑さが本格化すると、熱中症が話題になります。ニュースや新聞で、対処法がとり上げられることも多くなってきましたが、熱中症にかかり重症な場合は亡くなる人もいます。

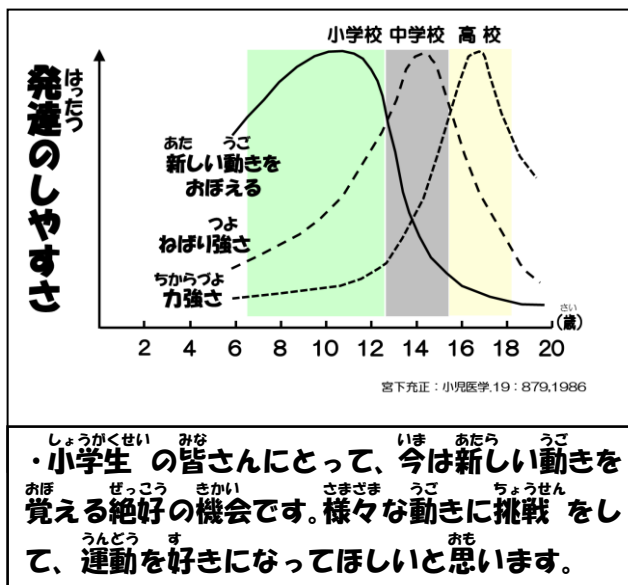
7月7日は七夕。短冊の始まりは江戸時代。字を学んだ子どもたちが「もっと字が上手になりますように!」と願ったことが始まりとされています。みなさんにも「もっとできるようになりたい」と思うことがありますね。短冊にしたためてチャレンジしてほしいと思います。

7月の保健目標

夏の衛生に気をつけよう、事故を起こさないようにしよう

学校保健委員会が行われました!

6月27日(月)健康教室(第1回学校保健委員会)が行われました。愛知健康プラザより池野尚美先生をお招きし、『一日を健康で安全に過ごすために』について、お話していただきました。4、5、6年の児童、PTA役員の方が参加し、健康について考えるよい機会になりました。より健康に過ごすために、**目標をもつ**ことが大事であるというお話は、これからのみなさん一人一人の生活に生かされていくにちがいありません。



ねっちゅうしょう 熱中症とは?

- ◇ 日射病
- ◇ 熱けいれん
- ◇ 熱疲労
- ◇ 熱射病



この4つをまとめて熱中症といえます。

ねっちゅうしょう 熱中症のサインとは?

- だるい
- ふうふうする
- 顔が赤くなる
- 顔色が悪くなる
- 頭がいたくなる
- 気分が悪くなる



ねっちゅうしょう 熱中症の手当は?

- ① 涼しいところに移動させ、衣服をゆるめる。
- ② 汗をふき、冷たいタオルや氷で体を冷やす。
- ③ 意識があるときは、冷たいスポーツドリンクや食塩水を飲ませる。

意識がないときは救急車



ねっちゅうしょう 熱中症を防ぐには?

- ◇ 外に出るときは、ぼうしをかぶる。
- ◇ 水分をこまめにとる。
- ◇ 睡眠や食事をきちんととり、体調を整える。
- ◇ 頭痛、めまい、吐き気がしたら、無理をせず休む。



保健委員会の児童による歯みがき応援隊が活動しました!



・僕たちが教えたみがき方をわすれないでね。

7月の保健行事

- 1日(金) 体重測定5年
- 4日(月) 体重測定4年
- 5日(火) 体重測定6年
- 6日(水) 体重測定3年
- 7日(木) 体重測定1年
- 8日(金) 体重測定2年、個別



裏面につづく⇒



今年度の健康診断の結果報告!

(児童の皆さんは保護者の方と一緒に読んでね。)

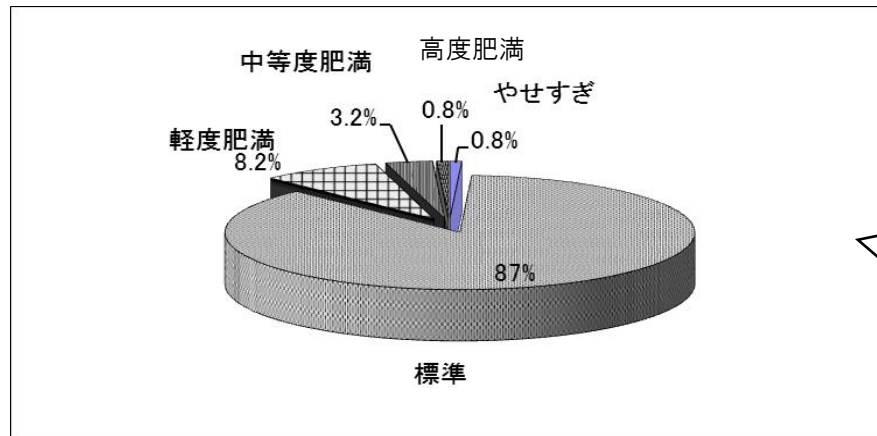
(1) 身長・体重の結果

	男子		女子	
	身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1年生	119.2	22.7	112.1	20.4
2年生	121.6	24.2	120.3	23.4
3年生	127.7	27.3	125.9	25.9
4年生	131.7	30.8	133.7	31.4
5年生	138.9	34.8	138.4	32.6
6年生	144.1	39.1	147.4	39.7



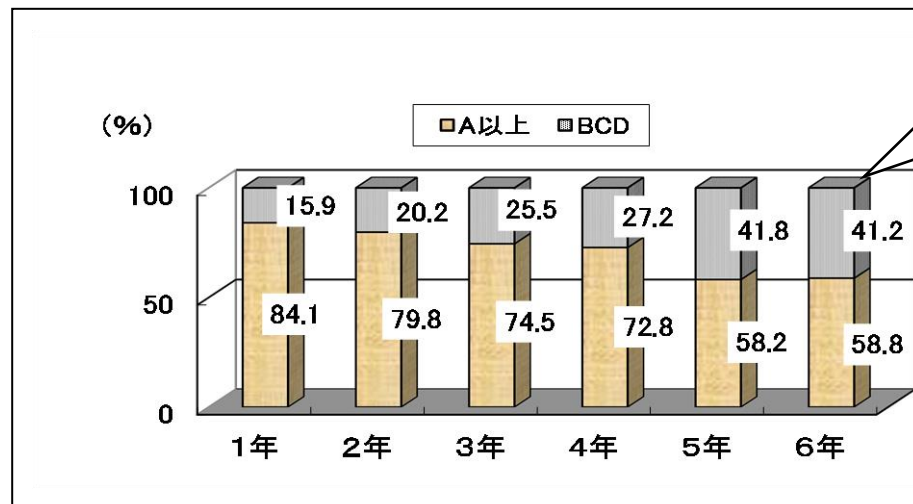
本校の4月の平均です。個人差があります。

(2) 肥満度の結果



・肥満度の数値は、学年度末に配布される健康手帳でお確かめください。

(3) 視力検査の結果

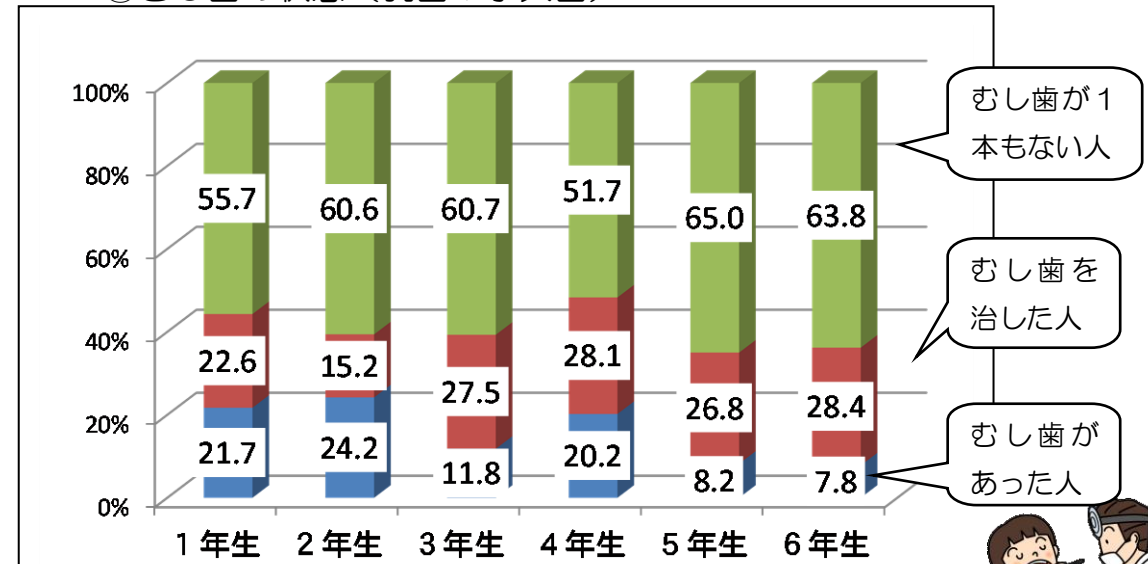


・5, 6年生でBCDになる人が多くなります。

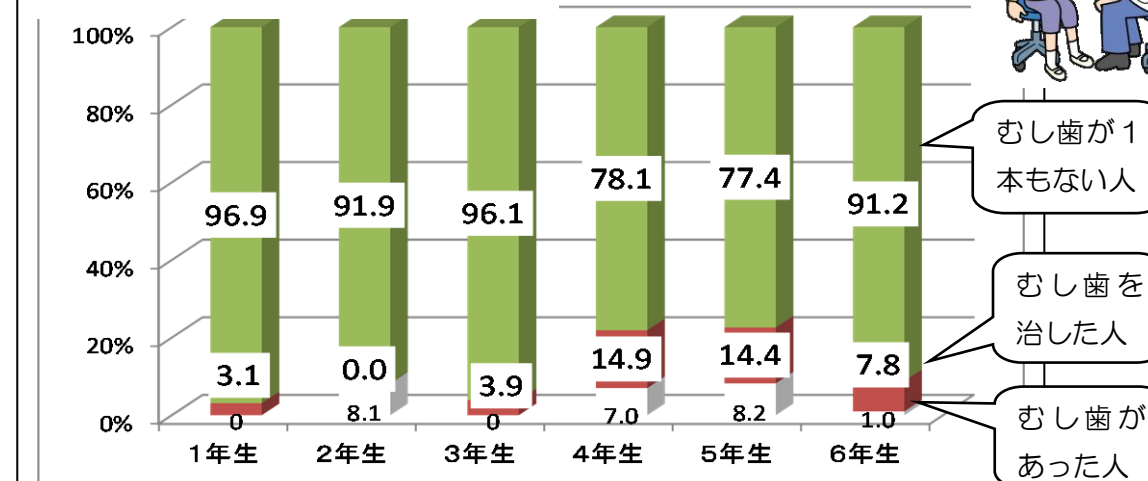


(4) 歯科検診の結果

①むし歯の状態 (乳歯+永久歯)



②むし歯の状態 (永久歯のみ)



③過去5年間の推移

