

ほけんだより 7月

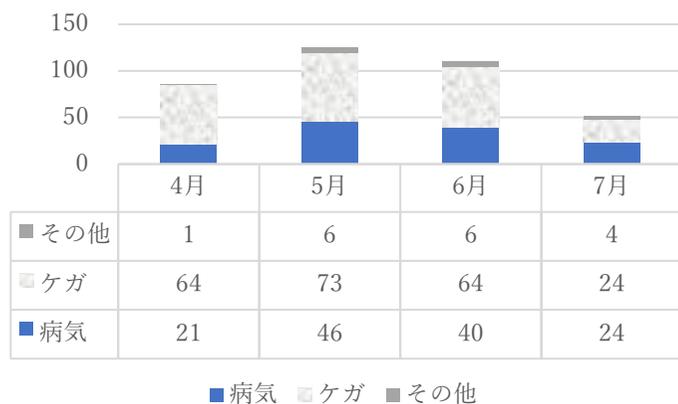
令和6年7月17日 田鶴小学校 保健室

もうすぐ夏休み。梅雨が明けるといっそう暑くなります。暑さに負けず、休みの日も学校がある日と同じくらいの時刻に寝て、起きて、ごはんを食べて、熱中症に注意してすごしましょう。

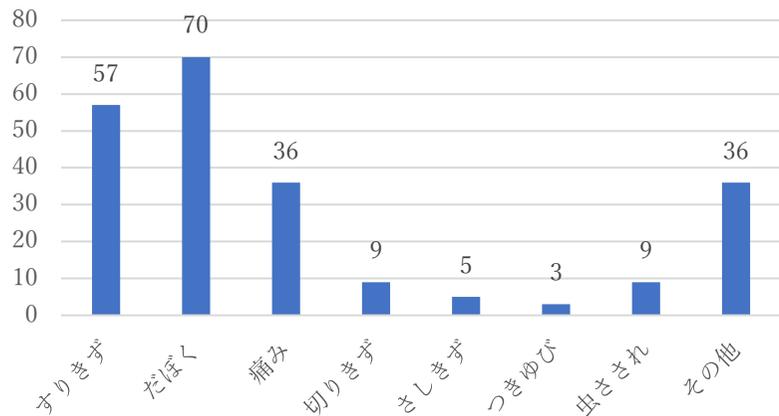
がっき
1学期の
ほけんしつ
保健室

ケガでは、すりきずとだぼくが多く、病気では頭痛としんどいが多かったです。しんどいことが多い人は、睡眠時間や食事内容を見直してみましょう。

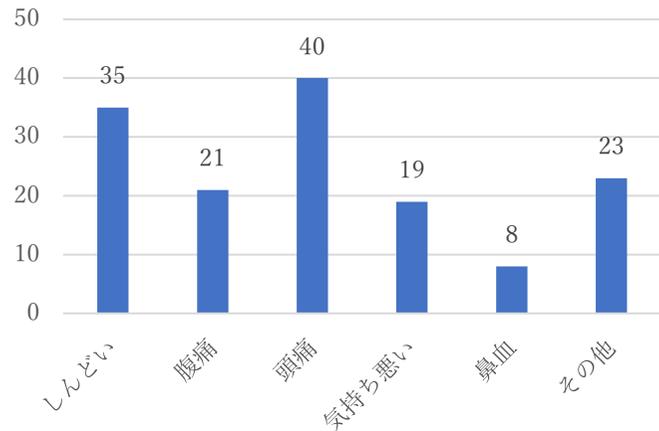
保健室にきた理由 (件)



ケガのうちわけ (件)



病気のうちわけ (件)



1学期の視力検査の結果

視力	A	B,C,D
1年	13	4
2年	16	2
3年	15	5
4年	14	3
5年	11	2
6年	16	8
計	85	24

(人)

- A 1.0 以上
- B 0.7~0.9
- C 0.3~0.6
- D 0.2 以下

*メガネをかけている人はメガネでの視力です。
*右A左Cなど左右でちがう場合は低い方の視力です。

視力が B,C,D の人に、視力管理カードをわたしました。ものが見えにくいと思う人や急に視力が下がった人は、眼科を受診してください。
目が疲れすぎない生活を心がけましょう。

水の事故に注意!

夏は、海や川、用水路などの水辺に遊びに行く人が増え、水の事故が起こりやすい季節です。行き慣れた場所でも、子どもだけで水辺に行くのは絶対にやめましょう。

水の事故が起こるのは



© 少年写真新聞社 2021

夏休みにあるチャンスって?

夏休みには大きなチャンスがあります!

それは、**あなたがもっと健康になるチャンス**

です。
1学期の健康診断で、受診のお知らせをもらったあなた。まだ病院に行けていないなら、時間のある夏休みに行きましょう。
お知らせをもらっていないあなたも、健康のことで心配ごとがあるなら、おうちのひとと相談して、病院でみてもらいましょう。

2学期、さらに健康になったあなたに会えるのを楽しみにしています。



食べたら歯みがき



夏休み歯みがきカレンダー

保健委員の人たちが楽しい絵を考えてくれました。毎日歯をみがいて色をぬってね。