

すこやか

北部小学校
令和6年 7月

雨が降る日が続いていますが、晴れた日は、日差しが強くなってきました。学校では、熱中症予防として暑さ指数(WBGT)を測定し、健康管理に努めています。暑さ指数が基準より上回る場合、外での活動や運動が制限されることもあります。お子さんの健康や安全のために、ご理解ください。

7・8月の保健目標
夏を健康にすごそう



熱中症の症状

軽症

重症



立ちくらみ・めまい
足がつる など



頭痛、吐き気・嘔吐
だるさ など



たおれる、意識がなくなる
体のけいれん、汗がかけない など

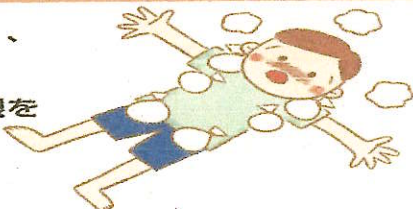
熱中症かも!?

と思ったら

エアコンが効いた室内など
涼しい場所へ



首のまわり、
わきの下、
足の付け根を
冷やす



経口補水液などで
水分補給



こんなときは
救急車!

自分で
水が飲めない

受け答えが
おかしい

悪化すると

命にかかわることも。
すぐに対処しましょう。

けんこうしんだん お 健康診断が終わりました!

じぜんちょうさどう せうりやく
～事前調査等へのご協力ありがとうございました～

いちょう・たいじょうの平均 (北部小) ※目安にしてください。

| | だんししんちよう 男子身長 | だんしたいじゆう 男子体重 | じょししんちよう 女子身長 | じょしたいじゆう 女子体重 |
|----|------------------|------------------|------------------|------------------|
| 1年 | 116.2 | 20.9 | 115.5 | 21.1 |
| 2年 | 121.6 | 23.0 | 120.4 | 22.8 |
| 3年 | 127.4 | 27.0 | 126.7 | 26.3 |
| 4年 | 133.8 | 30.9 | 133.1 | 30.0 |
| 5年 | 138.2 | 33.2 | 140.6 | 34.2 |
| 6年 | 147.1 | 40.2 | 146.8 | 38.8 |



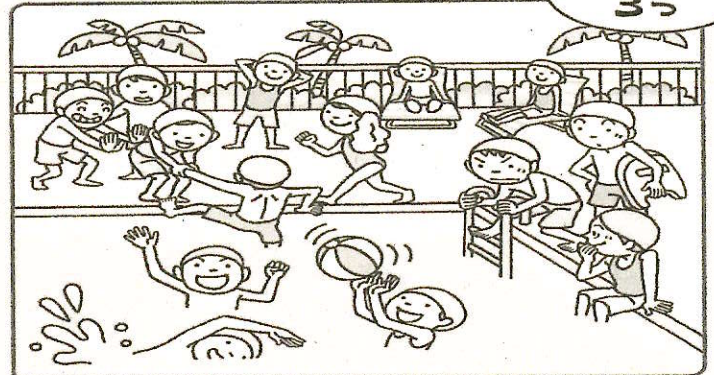
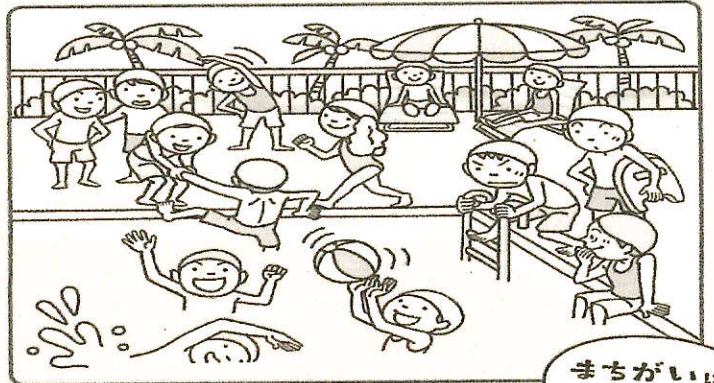
<保護者の皆さまへ お知らせ>

4月から6月にかけて行った健康診断結果をまとめた個人票を配ります。結果は、成長の記録として必要に応じご家庭で保管し、今後の健康管理にお役立てください。【尿検査は、尿蛋白・尿潜血(+)以上が、二次検査対象となっています】

また、むし歯・低視力・運動器・成長曲線などで「受診のすすめ」を受け取られて、まだ受診されていない場合は、夏休み中に受診されますことをお勧めします。受診後は、必ず「受診報告書」を学校に提出してください。(定期受診中であれば、その旨記入し、提出していただければ結構です。)

夏休み中に **治療** しよう

まちがいさがし プール編



ヒント

- プールに入る前は?
- 泳ぎ疲れたときは〇〇で休みたいです。
- ふざけるとあぶないよ。