



令和8年6月2日
多西小学校
保健室



6月は梅雨入りも近づき、雨の日が多くなってきます。湿度や気圧の変化から、身体のだるさや頭痛などを引き起こしやすくなります。十分な睡眠をとり、体調を整えて今月も元気に過ごしましょう。

6月の検診予定

6月25日（木）側弯健診 5年生・内科で所見があった児童

⇒体育着を持たせてください。※欠席者：7月1日（火）秋川ふれあいセンター

三大夏風邪に注意！

※幼児期にかかりやすい病気ですが、大人がかかると重症化する恐れがあります。これらの予防接種はないので、手洗い・うがいなど基本的な感染予防をしましょう。

咽頭結膜熱（プール熱）

38℃以上の発熱とどの痛みがあり、目のかゆみ、痛み、充血、涙、結膜炎のような症状が出る。

ヘルパンギーナ

（急性ウイルス性咽頭炎）
高熱、どの痛みが特徴。
のどに水泡や潰瘍ができる。

手足口病

手のひらや足の裏、口の中の小さな水泡や赤い発疹ができる。

水泳学習が始まります。

安全に安心して授業に参加出来るよう、ご協力をお願いします。

- ① 目・耳・鼻に病気がある人は治療を済ませておくようお願いします。
- ② 前日は十分に睡眠をとり、当日朝ご飯を食べて登校するようお願いします。
- ③ 手足の爪を切る、耳そうじをしておくようお願いします。
- ④ 忘れ物、名前の記入漏れが内容確認をお願いします。
- ⑤ 水筒を持たせてください。（水泳指導中も水分補給をします）



《 保護者の方へ 》

健康診断も終わりに近付いてきました。検診の結果、疾患の疑いがあるお子さんには個別に検診結果（黄色の用紙）をお渡ししました。受診して頂き、受診報告を学校まで提出してください。

6月4日～10日は「歯と口の健康習慣」です。小学生は、乳歯から永久歯へ生え変わる大切な時期です。特に生えたばかりの永久歯はエナメル質が未成熟で、虫歯になりやすい特徴があります。また、生え変わり途中や歯並びの変化により磨き残しも増えやすいため、仕上げ磨きやきちんと磨けているかチェックをご家庭でお願いします。

雨天時には登校中に服や靴が濡れてしまうことがあります。濡れたままの服で生活をするので体が冷えてしまうので、必要に応じて靴下や服の着替え、タオルのご準備をお願いします。また、夏日のような日もあれば、曇りや雨で肌寒い日もあります。体温調節ができるように、上着を持たせていただくと安心です。熱中症対策として、朝ごはんを食べてくること、こまめに水分補給をするよう指導しますので、毎日水筒を持たせていただくようご協力よろしくお願いします。

