



令和7年7月7日
多摩川の学び舎
世田谷区立瀬田小学校
校長 日高 玲子
養護 教 諭



毎日気温が高く、暑い日が続いています。保健室では、廊下に熱中症予防の掲示をし、予防を呼びかけています。また、登校時と昼休み前の2回、暑さ指数(WBGT)を計測しています。基準を超える場合には、外遊びや外での体育を中止することもあります。まだまだ暑い日が続きます。体育時だけでなく、登下校時の帽子の着用や、水筒の持参などにご協力ください。



4月から始まった定期健康診断のまとめとして、「定期健康診断の記録」をお渡しします。

昨年度の1年生からけんこうカードが改定され、身長・体重のみ記録するカードになり、「定期健康診断の記録(病院で治療した結果ではありません)」を貼る欄がなくなりました。

「定期健康診断の記録」は個人情報ですので、1学期末に通知表とともに全学年にお渡しします。

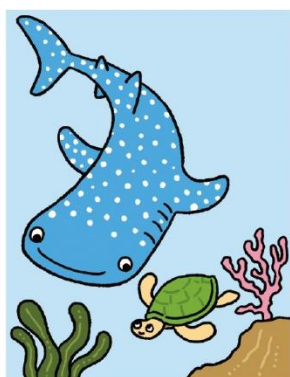
保護者の皆様には提出物などにご協力いただき、ありがとうございました。お子さんとともにご覧になり、成長の様子、健康状態をご確認ください。

なお、健康診断の結果、治療や相談が必要な人には個別にお知らせしています。まだ、受診されていない方がいらっしゃいましたら、夏休み中に治療・相談を済ませてください。



6月の感染症発生情報

- 溶連菌感染症 6名
- 流行性角結膜炎 1名

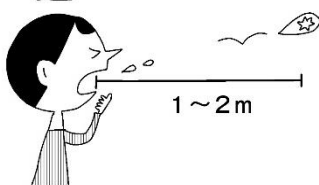


「飛まつ」はどれくらい飛ぶの？

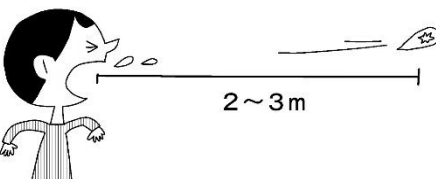
会話



せき



くしゃみ



くしゃみやせきで飛ぶばは、目には見えなくてもしぶきになって遠くまで飛び出します。

このしぶきを「飛まつ」といい、インフルエンザなどのウイルスが入っているとほかの人の体内に入ると、感染することがあります。

飛まつはせきの場合は約2m、くしゃみだと約3mも飛び、会話のときでも短いきよりですが飛んでいます。

ねっちゅうしょう おも しょうじょう
< 熱中症の主な症状 >



ずつう
頭痛



めまい



きんにく
筋肉のけいれん



はげ おうと
吐き気・嘔吐



いしき
意識がもうろうとする

けいしょう
軽症



じゅうしょう
重症

ねっちゅうしょう おうきゅうしよ ち
< 熱中症の応急処置 >



すず ばしょ よこ
涼しい場所で横にする



ふく
服をゆるめる



くび した あし つ ね ひ
首・わきの下・足の付け根を冷やす



きゅうきゅうしや よ
救急車を呼ぶ

ねっちゅうしょうたいさく
< 熱中症対策 >



じゅうぶん すいみん
十分な睡眠



バランスのよい しょくじ
食事



ぼうし
帽子をかぶる



こまめな ぎゅうけい
休憩