

保健室からのお願い ～夏休み中の生活について～

(1) 熱中症を予防しよう

- ①学校に来るときは、しよりの健康欄に体温や体調を記入し持参しましょう。
- ②水分は多めに持ってきましょう。補充用のペットボトルを持ってきててもかまいません。
- ③塩分タブレットの持参も可とします。ただし新型コロナウイルス感染症と食物アレルギーの観点から、他の人には絶対あげないでください。
- ④登下校中、運動部活動の活動中はマスクの着用は必要ありません。外しましょう。
- ⑤登下校中は帽子を積極的にかぶりましょう。日傘も上手に活用しましょう。
- ⑥生活リズムが崩れると熱中症のリスクが高まります。夏休み中も早寝・早起き・朝ご飯を心がけましょう。



(2) 夏休みを利用して治療を済ませよう

1学期に行った健康診断の結果、治療が必要と言われた人は夏休みを利用してぜひ受診してください。
現在までの受診率は以下の通りです。

	1年生	2年生	3年生
歯科	41%	28%	20%
耳鼻科	70%	61%	29%
視力	8%	18%	13%

〇3年生の受診率が低いのは塾などで忙しいのが原因かと思います。本格的な受験期に入る前に夏休みは少し時間にも余裕ができると思うのでぜひ受診してほしいと思います。
〇眼科・内科は治療を必要とする人がほとんどいないので表には載せていません。

※「耳垢栓塞」と言われた人へ…耳鼻科で「耳垢栓塞」と言われた人は、鼓膜が見えないくらいたまっており、家庭では取り切れない状態の人です。耳垢栓塞のままプールに入ると中耳炎など起こすことがあります。受診をお勧めします。

(3) 新型コロナウイルス感染症を予防するために

報道でもあるとおり、現在感染者数が大変増えています。また大泉中でも学級閉鎖を行ったクラスがありました。夏休み中も感染症対策を行いながら過ごしましょう。裏面に東京都教育委員会発行の「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」を載せました。いつでも見えるところに貼っておき、確認してください。



保護者の皆様へ

いつも学校保健にご協力いただきありがとうございます。

本日定期健康診断の結果を渡しました。ご確認のほどよろしくお願ひします。何かありましたら養護教諭までご連絡ください。2学期もよろしくお願ひします。