



【家庭数配布】
 令和2年9月1日
 練馬区立練馬小学校
 保健室

2学期が始まり一週間がたちましたね。この一週間は、とても暑い日があり、体育や外遊びが出来ない日もありました。

みなさんは、「暑さ指数」「熱中症警戒アラート」というものを聞いたことがありますか？これは、熱中症の危険を表すものです。校庭の保健室前で暑さ指数を測っているのを見たことがある人もいます。暑さ指数や熱中症警戒アラートを知っておくと、熱中症を予防する行動がとれますね。9月に入っても熱中症になる可能性があります。気をつけていきましょう。

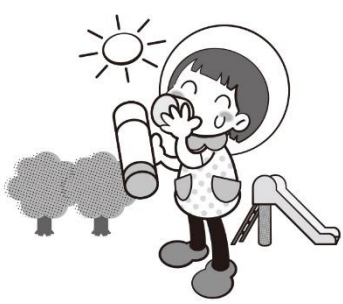
【暑さ指数】	31℃以上	運動中止
	28～31℃	厳重警戒
	25～28℃	激しい運動中止
	21～25℃	警戒
	21℃未満	こまめに休憩
		こまめに水分補給
		ほぼ安全



☆ 帽子をかぶる



☆ 日陰で休けいする



☆ こまめに水分をとる



知っていますか??



「10時～11時」と「13時～14時」これ、何の時間？

A. 学校でケガがたくさん起きる時間

全国の小学生のケガのうち、なんと半分は「休み時間」に起こっています。

10時～11時は業間休み、13時～14時は昼休みですね。

楽しい休み時間に痛い思いをしまわないうよう

□ 遊具は正しく使っていますか？

□ まわりの人が見えていますか？ □ ろうかを走っていませんか？

□ 時間ギリギリまで遊んで、あわてて教室に戻っていませんか？

こんなことに注意しましょう

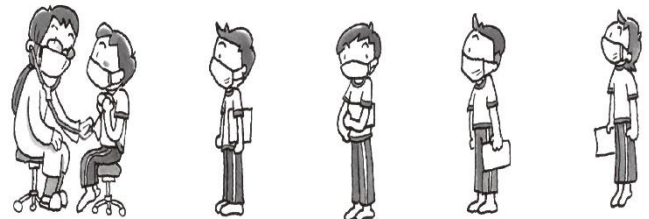
うらめん 裏面あり




	日程	対象	注意点
内科	9月1日(火) 9月4日(金) 9月11日(金)	2・6年生 3・4年生 1・5年生	当日は、 <u>上下に分かれる服</u> を着てください。
耳鼻科	9月17日(木)	全学年	前日までに、 <u>耳鼻うじ</u> をしてください。
歯科	9月16日(水) 9月23日(水)	1～3年生 4～6年生	当日朝の <u>歯みがき</u> を必ずしてください。
眼科	10月1日(木)	全学年	
尿検査二次	9月9日(水)	対象者のみ	一次検査を出していない人も提出してください。

【保護者の皆様へ】

9月から校医健診が始まります。実施にあたり、校医の先生からも助言をいただき、健診に関わる職員を含め、子供たちの感染予防に努めながら、安全に健康診断を進めていきます。その後、医療機関へ受診対象となった児童には、通知をお渡しします。ご確認ください。



困ったときの強い味方「#8000」



急な発熱でぐったりしていて心配…

頭をぶつけたけど、病院でみてもらったほうがいい？

お子さんの急病やケガのことで困ったとき、頼りになるのが「**小児救急電話相談**」。


(実施時間は自治体によって違うので、事前にホームページなどで確認を。)

簡単 #8000の使い方

- 1 #8000をダイヤル
- 2 相談窓口につながります
- 3 お子さんの症状を話してください
- 4 医師・看護師がアドバイスしてくれます

対処の仕方、受診する病院など

お住まいの都道府県の



政府より配布されました布マスクを1枚配布いたします。使用の際には、氏名をご記入ください。

登校時には引き続き、清潔なハンカチ、ティッシュ、予備のマスク、マスク入れをご用意ください。

よろしく申し上げます。



学校ホームページ QR コード

