

5月 ほけんだより

豊見城市立とよみ小学校
保健室
令和4年5月9日発行

新学年がスタートしてから1ヶ月が経ちました。新しい環境になってGWが過ぎ、心身共に少しお疲れの気味の人もあるかもしれませんね。そんなときこそ、生活リズムを見直して体調を整えましょう。また、ご家庭と連携をとりながらお子さんの様子に気を配っていきたいと思います。



健康診断

こんなときは学校をお休みしましょう

●発熱などの風邪症状があるとき

発熱などの風邪症状とは…

発熱、咳、呼吸困難、だるさ、のどの痛み、鼻水・鼻づまり、頭痛、関節痛・筋肉痛、腹痛、下痢、吐き気、嘔吐、味覚・嗅覚障害など。

*ただし、アレルギーや喘息などの基礎疾患や病院において新型コロナウイルス以外の症状であることが判明した場合を除く。

(病院受診ができない場合は、症状がなくなって72時間経過後登校可能)

●同居家族に上記の症状があるとき (感染レベル2以上)

●PCR検査を受け、結果(陰性)がわかるまで

●濃厚接触者に該当した場合

●新型コロナウイルスに感染した場合

●同居家族が新型コロナウイルスに感染した場合

6日(金)	聴力検査(1年・2年・3年・5年)
12日(木)	心電図検査(1年)
13日(金)	視力検査(全学年)
16日(月)	歯科検診(2年・4年)
18日(水)	内科検診(5年・6年)
19日(木)	もれ検査(視力)
23日(月)	歯科検診(1年・3年) ぎょう虫セロファン・尿容器配布
24日(火)	尿・ぎょう虫二次検査 提出日①
25日(水)	尿・ぎょう虫二次検査 提出最終日
27日(金)	もれ検査(聴力・心電図)
30日(月)	耳鼻科検診(1年・2年)
6/1日(水)	耳鼻科検診(3年～6年)

今月の保健目標

体を清潔にしよう



新型コロナウイルス対策で手洗いをする機会が増えています。清潔なタオルや衣服を使用できるようにご協力お願い致します。マスクを毎日取り替えるなど、清潔にすることは感染症対策にもつながります。

下着が健康を守っているってホント？

普段、何げなく着ている下着には、実はこんな大切な役目があるのです。

肌の“きれい”をキープ

体から毎日、汗やあぶらなどの汚れが出ています。下着はそれを吸い取って、肌の清潔を保っています。

“暑い！寒い！”を過ごしやすく

暑いときは、汗を吸って肌をサラサラにし、反対に寒いときは、体の熱を逃がさないようにしています。