

ほけんだより 6月

令和6年5月31日
町田市立南大谷中学校

梅雨の時期は湿度が高く、気温が高なくても体の中に熱がこもりやすくなり、熱中症の心配があります。早寝、早起き、朝ごはんの規則正しい生活を心がけましょう。寝不足、栄養不足は、熱中症になるリスクがとても高くなります。また、こまめに水分を取りましょう。部活動がある日は水筒やペットボトルを2本持ってくるなど、自分で体調管理ができるようにしておきましょう。

保健行事

6月6日（木）耳鼻科検診 全校

※耳の掃除をしておきましょう！

6月13日（木）内科検診 2年3組、4組、3年生、欠席者

※ジャージ登校です！

6月20日（木）歯科検診 欠席者

※12時半～13時まで 試験後、すぐに保健室へ来てください。

朝の歯磨きを忘れずに！



☆健康診断の日に欠席した人は、保護者の方に病院へ連れて行ってもらうて、必ず受けるようにしましょう。お手紙を渡しているので確認してください。

7月の三者面談にて、健康診断の結果を配ります。自分の体のことを、よく確認してください。保護者の方にも必ず見てもらいましょう。



歯をみがいたあと、歯ブラシは…



流水でこすり洗いをする



風通しのいいところで、
ブラシ部分を上にしてかわかす

裏面に続く



お弁当の
傷みを
防ぐには

- おかずは中心までしっかり加熱する
- 水気や汁気をよく切る
- 冷ましてから弁当箱に詰める
- 保冷剤や保冷バッグを利用して持ち運ぶ



傘を広げるときは



周囲を確認してから

保護者の皆様

定期健康診断にご協力いただき、ありがとうございます。検診の結果、受診を勧める場合は「結果のお知らせ」をお渡ししています。歯科のみ全員にお知らせしています。

返却済みの「結果のお知らせ」

項目	お知らせをする基準
視力	B以下の生徒に出しています。
聴力	聞き取りづらい音があった生徒に出しています。
歯科	検診を受けた人全員に渡しています。 下の表に○がついている人は受診が必要です。
心臓	二次検査を受ける生徒のみお知らせしています。
眼科	異常が疑われる生徒にお知らせしています。
尿	二次検査、三次検精密検査内容に準拠した診察が必要な生徒にお知らせしています。
色覚検査	検査を希望していた人全員にお知らせしています。

今後、耳鼻科健診と内科検診も受診をお勧めする場合に「結果のお知らせ」を出す予定です。お手元に「結果のお知らせ」がある場合は、できるだけ早い受診をお勧めしています。近日常に受診した、またはすでに治療済み等の場合は、その旨を用紙に書いて学校まで返却をお願いいたします。

健康診断当日に欠席した生徒は、保護者の方に病院へ連れて行っていただきますよう、お願いのお知らせを渡しています。お子様の健康を守るために、必ず期限内に受診していただきますようお願いいたします。

三者面談にて全ての健康診断の結果を記載した「定期健康診断の記録」を配布いたしますので、お子様と一緒にご確認ください。

お子様の健康に関することで心配なことや気になることがありましたら、どんなことでも構いませんので学校までご連絡ください。



暑熱順化

