



ほけんだより

令和6年6月27日
押水第一小学校
保健室 山崎千尋
No.3

プールの授業がはじまっています。この時期はプールに入っているだけでも、熱中症になることがあります。熱中症になった人のデータを見てみると、朝ごはんを食べていない人が多いということが分かっています。プールは体力を使いますので、朝ごはんは必ず食べてから登校しましょう。



7月の保健目標 《生活リズムを大切にしよう》

6月17日～20日の体重測定後に「3つのスイッチ」についてお話ししました。



早ねスイッチ
早おきスイッチ
朝ごはんスイッチ



どんなスイッチだったかお話を聞いてみてください。
全部のスイッチがONになるよう心がけてくださいね。



けんこうしんだん
健康診断が終わりました！

☆裏面をご覧ください☆

『定期健康診断の記録』を配付しました。確認をお願いします。

★「/」:異常なし

★視力: 1.0以上はA, 0.9~0.7はB, 0.6~0.3はC, 0.3未満はD

★目の疾病: 1・4年生が対象(2・3・5・6年生は空白)

★聴力: 1・2・3・5年生が対象(4・6年生は空白)

★耳鼻咽喉頭: 1・4年生が対象(2・3・5・6年生は空白)

★心臓: 1年生のみ(2~6年生は空白)

★歯科検診: 未処置歯→むし歯

顎関節・歯列咬合・歯垢・歯肉→0は異常なし, 1は要観察, 2は要治療

未受診の方へ

異常があったり、受診が必要だった場合は色つきの用紙をすでに配付済みです。受診をお願いします。