

# 保健だより 7月

夏本番を迎える季節となりました。こまめな水分補給、規則正しい生活をするこゝで、元気に夏を過ごしてほしいと願っています。

今年度の健康診断は、心臓検査（1年生のみ）を除き、1学期分は全て終了しました。学校医の診察により、経過観察対象、治療対象となったお子さんには治療勧告書をお渡ししています。勧告書が渡されなかったお子さんについては、「異常なし」という結果になります。御承知おきください。



あと3週間ほどで夏休みが始まります。健康診断の結果、治療や検査の必要がある場合は、休みの期間を利用して受診していただくようお願いいたします。

※治療や検査が終わったときには、  
勧告書下部にある「連絡書」の提出をお願いいたします。



## ～医療券についてのお知らせ～

就学援助を受けている御家庭で、夏休み中にむし歯や中耳炎、結膜炎などの治療の予定がありましたら7月17日（金）までに  
**養護教諭：伊藤**へ医療券の申込書を御提出ください。



※お手元に申込書がない場合は、幌東小 伊藤まで御連絡ください。（812-2350）



【じどうのみなさんへ】

# 熱中症予防 日頃からのこころがけ

すいみんをしつかりとろう！



朝ごはんを食べよう！

登校したときや、休み時間など、かならず水分をとろう！



きそく正しい生活で、たいちょうかんりをする。

水分をこまめに、回数多くとる。



ぬれタオルや水で、はだをぬらすのもOK



体がすずしくなるようなグッズを使って暑さをやわらげましょう！

うんどうするときは、こまめにきゅうけいをとりましょう。たいちょうがわるいときは、むりにうんどうしてはいけません。

こんな日は熱中症に注意！



急に暑くなった



気温が高い



湿度が高い



風がない