

すこやか

7月

令和3年7月1日

安食台小学校

安食台小のみなさんと保護者の方へ

今学期も残り1ヶ月となり夏休みが近づいてきました。学校では感染症の流行等なく、子ども達は毎日元気に登校しています。

これから暑さが厳しくなってくると熱中症の心配も加わります。病気やケガに注意して楽しい夏休みを迎えましょう！



健康の記録を配付します

～検診結果について～

これからお配りする「健康の記録」には今年度の健康診断の結果が書かれています。受診の必要がある場合は夏休みなどを利用して受診されますようお願いいたします。

「健康の記録」を確認したら・・・

7月7日(水)に「健康の記録」をお配りします。確認後、保護者印の欄に押印し、7月14日(水)までに学校へ提出してください。

7月の保健行事

- ◎7月 6日(火)・・・歯科指導(4・5年生)
- ◎ 14日(木)・・・3Dスコリオ検査(5年生)

熱中症を防ぐには



水分を上手にとろう!!

- 運動中はこまめに水分補給をする。
(休憩をとりながら運動する)
- 飲む時は一気に飲まず、少しずつ何回かに分けて飲む。
- 汗で失われた塩分を補給する。
(スポーツドリンク)

※熱中症を予防するために、水分補給の他にも外に出る時は帽子をかぶるようにしましょう。

お知らせ

- 暑い日が続きますので、水筒は毎日持ってきてください。中身については7月からスポーツドリンクでもかまいませんが、糖分を摂り過ぎないように注意が必要です。うすめて持ってくるとよいでしょう。
- 学校でケガをして病院を受診した際には日本スポーツ振興センターへ申請手続きを行うことができます。窓口で1500円以上かかる場合は受給券を使わないようお願いいたします。
(調剤薬局との合算可)
- 申請から給付まで数か月かかりますのでご了承ください。

