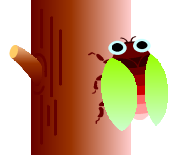




令和5年7月10日
鳴子小学校 保健室
7月号
おうちの人とよみましょう

<7月の保健目標>

夏を健康に過ごそう



はじめ始めて、気温が高い日が続いています。
夏を元気に過ごすために、生活リズムや服装に気を配り、手洗い・換気等の感染症対策をお願いします。

夏の病気に御注意ください!

宮城県では手足口病やヘルパンギーナの警報が出ています。新型コロナウイルス感染症もまだまだ油断はできません。手洗い、換気等の感染症対策を引き続きお願いします。

手足口病

症状は
・手のひらや足の裏、口の中に小さな水疱や赤い発疹ができ、熱が出ることもある。

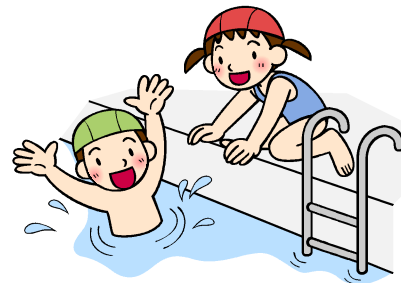
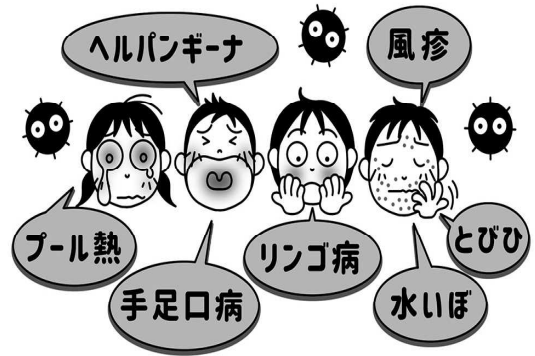
ヘルパンギーナ

症状は
・38~40度の高熱が2~3日続く。
・のどの奥に発疹ができる。
・のどの痛み。
・食欲不振等

プール熱

症状は
・高熱、のどの痛みや腫れ、目の充血や目やにといった症状が出る。

夏に気をつけたい感染症



夏を元気に過ごすために



夏休み中に治療を



健康診断の結果、検査や治療が必要な場合はお知らせを配布しました。
視力検査では、視力がC・Dの場合《C(0.6~0.3), D(0.2以下)》にお知らせを出しました。
テレビを見る時や物を見る時に目を細めたり、必要以上に近づいて見たり、黒板の字が見えにくかったりする場合は、病院で検査を受けることをお勧めします。
眼鏡をかけている場合は、度数やフレーム調整を1年に1回程度してもらうと安心です。
また、むし歯があって歯医者に行っていない場合は、むし歯が進行している場合もあります。
痛みが出る前に受診することをお勧めします。

健康の記録を配布します



お子さんの身長や体重の様子、健康診断の結果等御確認ください。
今回から成長曲線の表を貼りましたので、お子さんの成長の様子を御確認ください。

「健康の記録」は表に押印していただき、7月14日(金)までにご提出ください。