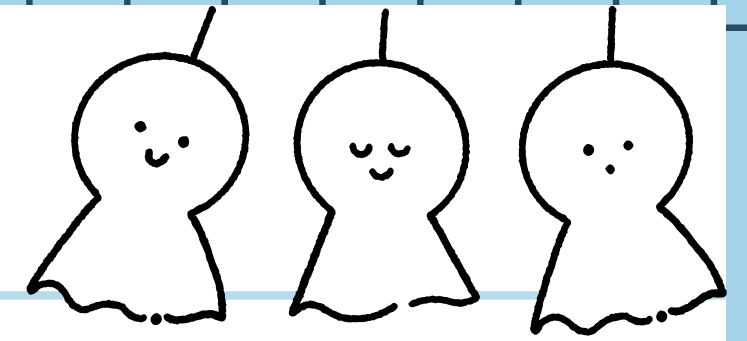


ほけんだより

6月号



6月の予定

健康手帳の返却
について

健康診断の準備をしよう!

熱中症に気をつけよう



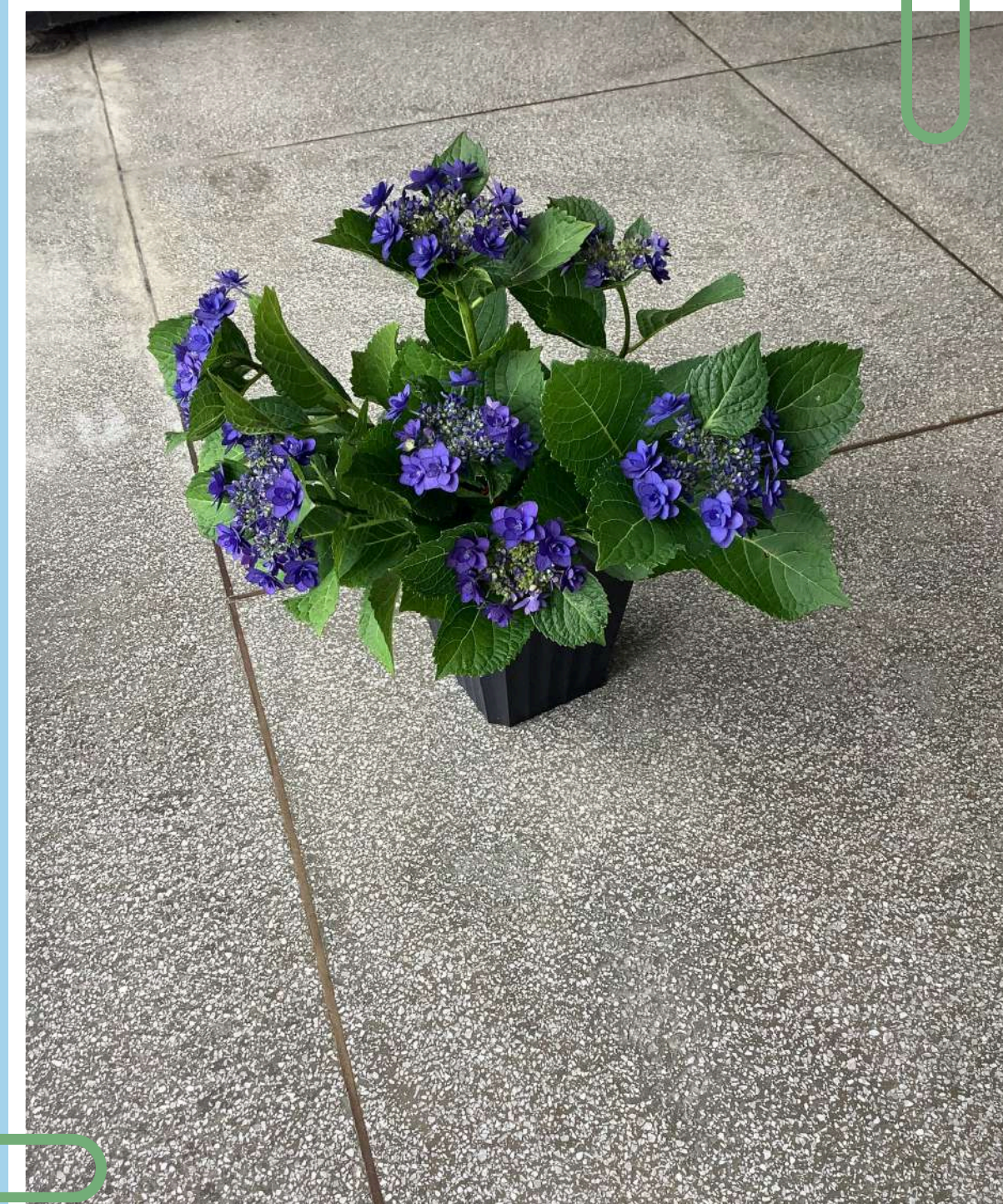
令和8年6月1日 横浜市立洋光台第二小学校
校長 養護教諭

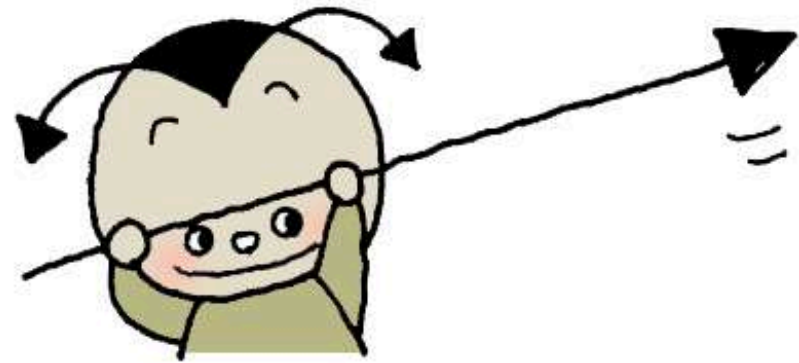
＼おうちの方へ！

子どもたちの様子 気温差に対応できる服装を。

がんばって準備と練習をしていた運動会を終えて、児童が少し落ち着いて過ごしている様子が見られます。

雨の日も多くなってきています。例年、6月は天気の変化によって気温差が大きくなる時期ですので、その日にあわせて服装に気を付け、体調を崩さないための工夫を心がけるよう、ご家庭でもご指導をお願いします。





6月の予定



月	火	水	木	金
1	2 開港記念日	3	4 眼科検診 全校児童	5
8	9	10	11 耳鼻科検診 1・4年生 その他希望者	12

＼ お子さまと一緒に読んでください ／

おうちの人と一緒に健康診断の準備をしましょう！

6月の健康診断の内容です。正しく
検査が受けられるように、おうちの人
と確認をして、準備をしっかりとしまし
よう。



【眼科検診】 全校児童

目に病気など問題がないか調べます。



【耳鼻科検診】

1・4年生

その他希望者

耳・鼻・のど・発音に問題がないか調べ
ます。

希望者については、4月に提出いただいで
いる児童保健調査票にて希望をした児童の
み検診を行います。

◎前日は、めんぼうなどを使って耳掃除を
するようにしてください。

＼おうちの方へ／

健康手帳の返却をします。

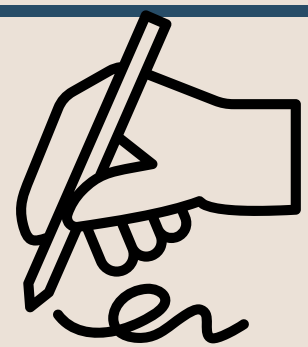
6月の健康診断をもって、今年度の健康診断がすべて終わります。

すべての結果を確認後、健康手帳に記入し家庭へ返却します。

保護者のみなさまは、児童の健康診断結果を確認し、サインもしくは印をして学校へ提出をお願いします。

夏休み中は、学校にて保管いたします。

<サインもしくは印をするところ>



1年生	4, 7, 19 ページ
2年生	
3年生	
4年生	5, 8, 9, 19 ページ
5年生	5, 8, 9, 21 ページ
6年生	

こんげつ

ほけん もくひょう

今月の保健目標

ねっちゅうしょう

熱中症に

気を付けよう

＼ お子さまと一緒に読んでください ／

ねっちゅうしょう 熱中症ってなに？

あつ からだ お 暑さに体が追いつかなくなり、ちょうし わる 調子が悪くなってしまうこと。
からだ すいぶん えんぶん た 体の水分や塩分が足りなくなると、いろいろなしょうじょう で 症状が出てきます。



意識ははっきりしている

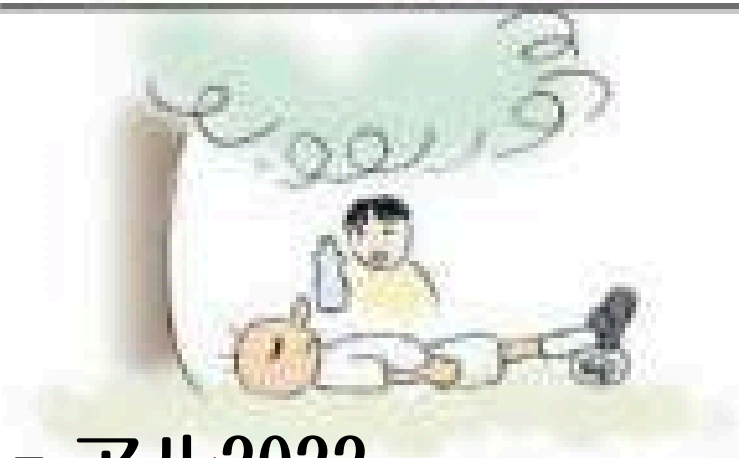
手足がしびれる

めまい、立ちくらみがある

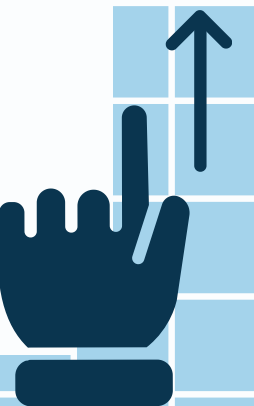
筋肉のこむら返りがある(痛い)

現場で対応し経過観察

涼しい場所へ避難して服をゆるめ体を冷やし、水分・塩分を補給しましょう。誰かがついて見守り、良くならなければ、病院へ。



(参考) 環境省 熱中症環境保健マニュアル2022



＼ お子さまと一緒に読んでください ／

ねっちゅうしょう 熱中症ってなに？

あつ からだ お 暑さに体が追いつかなくなり、ちょうし わる 調子が悪くなってしまうこと。
からだ すいぶん えんぶん た 体の水分や塩分が足りなくなると、いろいろなしょうじょう で 症状が出てきます。



吐き気がする・吐く

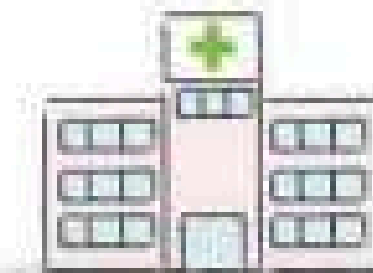
頭がかんがんする(頭痛)

からだがだるい(倦怠感)

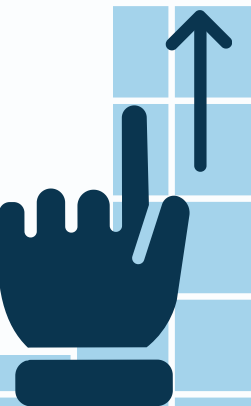
意識が何となくおかしい

医療機関を受診

すみやかに医療機関を受診しましょう。



(参考) 環境省 熱中症環境保健マニュアル2022



＼ お子さまと一緒に読んでください ／

ねっちゅうしょう 熱中症ってなに？

あつ からだ お 暑さに体が追いつかなくなり、ちょうし わる 調子が悪くなってしまうこと。
からだ すいぶん えんぶん た 体の水分や塩分が足りなくなると、いろいろなしょうじょう で 症状が出てきます。



意識がない

呼びかけに対し返事がおかしい

からだがひきつる(けいれん)

まっすぐ歩けない・走れない

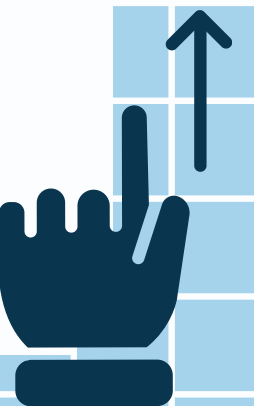
からだが熱い

救急車要請

救急車を呼び、到着までの間、積極的に冷却しましょう。



(参考) 環境省 熱中症環境保健マニュアル2022



＼ お子さまと一緒に読んでください ／

熱中症を予防しよう！

熱中症になると、頭痛やはきけ、めまいなど体調不良になり、場合によっては、命の危険につながることもあります。これから、暑い日が多くなってきます。一人ひとり次の合言葉を心がけて熱中症を予防しましょう。

か

かならずぼうしをかぶりましょう。



き

規則正しい生活をしましょう。



ご

こまめに水分をとりましょう。



お

お塩もわすれずにとりましょう。



り

涼をとりましょう。
すずしいところで
やすみましょう。

