

すこやか 7月

令和6年7月
袋井市立浅羽北小学校
保健室



ねっちゅうしょうたいさく **熱中症対策をしっかりと!**

保健室では、朝の登校後すぐに、「これは熱中症かもしれないな」という児童の対応をすることが増えてきました。御家庭でできる対策としては…、

* 登下校時は、暑い日差しを避けるため **帽子をかぶる**。

Usar um chapéu no caminho de ida e volta para a escola, pois está calor.

* 登校時、**保冷剤をタオルで包み、首に巻いて首を冷やす**。

Quando for para a escola, envolva o l íquido de refrigeração numa toalha e segure-a contra o pescoço.

* 水筒を多めに持参する。

Preparar mais água em garrafas de água.

* **汗拭きタオル** を持参する。

Trazer uma toalha para limpar o suor.

* 汗をかくので、**朝食で水分と塩分を摂取** する。

Beba água e sal ao pequeno-almoço porque transpira.

などがあると思います。学校では暑さ指数（WBGT）が高値となり、運動場が使用できなくなる日も増えてきました。1学期も残すところあと少し。お子さんが元気に登校できますよう、御家庭でも対策をお願いします。

健康診断後、「**〇〇検査結果のお知らせ**」 をもらったなら、**早めの受診**をお願いします!

すでに受診済みの疾患で通知を受けた場合、お手数ですがお知らせの書類下部にある【御家庭での確認】欄に御記入いただき、学校へ提出をお願いします。

視力	遠視力	近視力
右	△	△
左	△	△

御家庭での確認

視力低下 眼病 眼鏡 遠視 近視 老眼 その他眼病