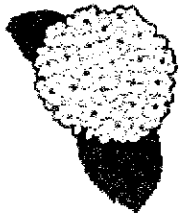


えがお

御所見小ほけんだより

御所見小学校保健室



5月21日は大雨警報で市内全校が休校になりました。その後は記録的な暑さが続き、御所見中の体育祭も大変だったのでは…？ 御所見小でも暑い日は「頭が痛い」と来室する人が多かったです！

あじさいの花は色づき始めたけど、梅雨入りは今年どうなるかな？ 梅雨前線は涼しい空気と暑い空気のさかい目なので、気温の上がり下がりのはげしい時期。晴れると急に暑くなる上に、湿度も高いから、熱中しょうの危険が高まるよ！ 熱中しょうを防いで、梅雨を元気に乗り切ろう！

6月のほけんもくひょう…歯を大切にしよう



ていきけんこうしんだん

6月のよてい



☆6月 4日（火）耳鼻科検診（橋本先生）1・3・5年抽出、6年

☆6月13日（木）歯科検診（関原先生）5くみ・2・4・5年

5くみ宿泊学習前健診・内科検診欠席者検診（及川先生）

☆6月20日（木）歯科検診（関原先生）1・3・6年（4時間目3年生歯科講話）

※5/21の耳鼻科検診は休校のため6/4に変更していただきました。また新たに5くみ宿泊前健診のため及川先生に6/13に来ていただくことになり、5/23の欠席者も診ていただきます。

<6月のけんこうしんだん★こんなことに気をつけて>

☆耳鼻科検診…前日は耳そうじ、当日は鼻を軽くかんでおいてね！

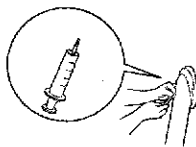
☆歯科検診…歯にねばねばがついてないか…とか、歯ぐきのはれもみるよ～！

朝ごはんの後、いつもよりていねいに歯みがきしてこよう！

水ぼうそう（水痘）が流行中！

2月に始まった御所見小での水ぼうそう（水痘）の流行が止まりません！ 2月から何と77人もの方が水ぼうそうにかかっています！

水ぼうそうは、潜伏期間（かかってから、水ぶくれや熱が出るまで）が2週間ととても長いのが特徴です。また予防接種をしていても、時間が経つと効果がうすれてしまうそうです。予防接種をしていると水ぶくれが少なく、熱が出ないこともあり気付かない間にうつしてしまうことも。確実な予防には、2回接種がよいそうです。熱性けいれんを起こすこともあるそうなので、気をつけて！



ご注意ください！

御所見小学校から電話がかかる
と、ナンバーディスプレイや携帯
の画面には、使用する回線により
どちらかの番号が表示されます。

0466-48-1255

0466-50-8312

番号を登録される際には両方を入れておいてください。

どちらにかけても
つながります。



せんだい先生の「からだってすごーい！」①



からだは食べ物でできている…
よく考えるとふしぎ！

毎年人気(?)のこのコーナーの、今年度のテーマは「からだってすごーい!」。当たり前のことをふしぎに思うと、自分のからはすごーいって思えてくるはず!! 記念すべき第1回は「からだは食べ物でできている」。

これ、よく考えると「なんで?」って思わない? 毎日パンを食べても、からだはパンになったりしないし、牛乳を飲んでも出てくるおしっこは白くない。どうしてだろうねえ…。えっ? 食べ物を細かくして栄養を取り込む? うんうん、正解! でも全部細かくどろどろにしたって、食べ物で生きている人間は作れないよね〜。

からだは、食べ物を取り込みやすいように小さくするだけじゃなく、からだがつくった「こうそ」でつながりを切ったり結びつけたりして、その栄養分を、骨や筋肉や細胞を作る材料にしたり、エネルギーにしたり、からだを守る仕組みを作ったりするんだ。まるで自分のからだを作る工場のように! こんなよくできた工場は、からだ以外にはどこにも存在しないんだ!



プール開きの前に…病院行った?

6/10は水泳学習開始! でもけが・病気を防ぐために、プールに入る前のチェックをすれないで!

- ☐ ねつはない?
- ☐ かお色は? 目が赤くない?
- ☐ べんぴ・げりしてない?
- ☐ 耳あかつまってない?
- ☐ つめは手も足も切ってる?



げんき だの
元気に楽しくおようごう!

プールに入れない主な病気

- ・ねつ・げり・めまいなど
- ・とびひ
- ・けいれん発作のおそれ
- ・けつまくえん・目が赤い
- ・中耳えん
- ・ふくびくうえん(重い人)
- ・びえん(重い人)

なにかかっている人! 病院で
いいよとわかってから入ろうね!

保護者のみなさまへ…



先日、下校時に立ち寄ったHちゃんが「血管を全部つなぐと地球2周半もあるんだよ、すごくない?」と話してくれました。それを聞いて、今回の不定期連載は「からだってすごーい!」にしようと思ひらめいたわけです。Hちゃんありがとう!

最近、五月病でなく六月病という言葉もあるそうです。梅雨時は気分が鬱々としてしまいうし、六月は祝日もないし、雨で学校行くのもしんどい…ということも

ありますが、クラス替えなど新しい環境に必死に適応しようとしてきたけど疲れてきてしまった、ということもあるそうです。疲れた心に元気をくれるものは、美味しいごはん、友だちとの会話、家族との時間…など人それぞれ。でも誰にとっても通用する魔法の言葉は、「ありがとう」じゃないでしょうか。「自分は役に立っている」と感じることは、人を元気にしてくれますよね。