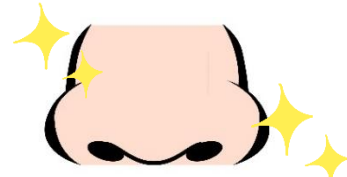




令和5年 6月 30日
 府中市立府中第一小学校
 校長 布宮 英明
 保健室 加藤 久美・山口奈那子

7月になり、いよいよこれから夏本番ですね。気温がぐっと高くなるこの時期は、熱中症も多くなります。また、体調をくずしやすい時期でもあります。はやね・はやおき・朝ごはんなどで規則正しい生活を送りましょう。



7月ほけん目標

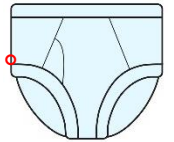
- ① からだを清潔にしよう
- ② 鼻を大切にしよう

おねがい

保健室では下着を汚した時、新しい下着を貸し出していますが、最近返却されないことが多く、大変困っております。



下着を貸し出した際は必ず新しい下着を保健室にお渡しください。



借りたままになっている方は至急、保健室までお返しください。

＊令和5年度 第1回学校保健委員会について＊

今年度、第1回の学校保健委員会を開催します。健康診断結果の統計などの資料をまとめ、校医さんから熱中症・食中毒、その他夏に気をつけたい疾病等のお話をいただきます。

日時：7月12日(水)13:30～

会場：府中第一小学校 1階 第1会議室

保護者の方で、参加をご希望の方・質問等ある方は連絡帳等で

保健室までお知らせください。

7月5日(水)まで



き ブヨに気をつけて！！



さ
ブヨに刺されないためには

はだ ろしゆつ さ
肌の露出をできるだけ避けるようにしましょう。



あしもと さ おお あつて くつした
ブヨは足元を刺すことが多いので、厚手の靴下を

は くつ あいだ ま つく くふう ひつよう
履いたりズボンと靴の間にすき間を作らないような工夫が必要です。

ほけんしつ たいおう
保健室で対応できること

ほけんしつ つぎ たいおう
保健室では次のような対応をしています。

- 第3種医薬品のかゆみ止めのぬり薬をぬる。
- 保冷剤で冷やす。



ともだちどうし くすり か か ぜったい
※友達同士での薬の貸し借りは絶対にしないでください。

あとしして夏休み



おお こ かん せん しょう
に多い子どもの感染症

がつ こ かん せん しょう きゅうげき ぶ
7月は子どもの感染症が急激に増えます。

て あら じゅうぶん すいみん よ ぼう ところか
手洗い・うがい・十分な睡眠で予防を心掛けましょう。

ヘルパンギーナ

ど はつねつ いた
38～40度の発熱、のどの痛み、
しょくよく ぶ しん くち なか すいほう
食欲不振、口の中の水疱など

手足口病

くち なか て ゆび
口の中、手のひら、指、
あし うら すいほう
足の裏の水疱など

咽頭結膜熱（プール熱）

ど はつねつ すつう
38～39度の発熱、頭痛、
のどの痛み、目の充血など



しょうじょう み びょういん じゅしん
こんな症状が見られたら、まずは病院を受診してください。
かてい さいぶん ほきゅう ねが
家庭ではこまめな水分補給をお願いします。