

ひだまり



甘楽中保健だより No.6

お家の人にも見せましょう。

夏の健康生活 ココに注意!

健康生活の基本はバランスのとれた栄養、適度な運動、十分な睡眠です。暑い夏を元気に過ごすために、規則正しい生活リズムとともに、次の点にも注意してください。



| ①熱中症 | ②食中毒 | ③夏かせ・冷房病 | ④胃腸の機能低下 |
|---|---|---|--|
|  <p>運動時は水分補給と休憩を心がけて</p> |  <p>予防の基本は手洗い。消費期限もチェック!</p> |  <p>クーラーはタイマーを上手に活用</p> |  <p>冷たい食べ物・飲み物、ホドホドに!</p> |

「すこやか」配りました

結果を確認していただきましたら、保護者印を押して、学校へ持たせてください。1学期中にお願いします。

なお、1年生の心臓検診の結果が検査機関から、まだきておりませんので未記入になっています。届き次第、お知らせいたします。

注：眼科の受診報告書で名前が書かれていないものが3枚ほど届いています。誰のものかわからなくて困っています。お心当たりがある方は連絡をください。(受診報告書を出したのにすこやかの備考欄に受診済みの記録がないなど…。)



MY水筒、しっかり管理できてる!?



使ったら、その日のうちに洗おうね!

学校でのケガ 申請忘れはありませんか?



学校管理下でのケガで病院を受診したお子さんは、日本スポーツ振興センター災害給付金制度の対象です。申請される方は担任または保健室までご連絡ください。



学校から必要な書類を渡すようにしておりますが、渡しそびれている場合もあります。遠慮なく、学校へ連絡をください。

夏休みは受診・治療のチャンス!!