

# 7月のほけんだより

狩俣小学校 保健室 令和5年 7月3日

こんげつのほけんもくひょう

なつ けんこう す  
夏を健康に過ごそう  
びょうき むしば ちりょう  
病気や虫歯の治療をしよう



つゆあめとともにもセミの鳴き声が響き、宮古島にも暑い夏がやってきました。家で過ごすときは扇風機やクーラーなどを上手に利用し、体調を崩すことのないようにしましょう。また、外出時には水分補給も忘れずに行い、熱中症にならないように気をつけましょう。

## 7月の予定

- 7日 えいようこうわ じゅぎょうさんかん  
栄養講話（授業参観）  
おやこ きゅうしょく  
親子ふれあい給食
- 19日 ほけんしつたねこうざ（しゅんきこうざ）  
ほけんしつたね講座（思春期講座）
- 20日 がっしきしゅうぎょうしき  
1学期終業式（歯ッピー賞の表彰）  
こうしゅうかい  
AED講習会（PTA）

### △新型コロナウイルス感染症が拡大しています△

げんざい おきなわけん しんがた かんせんしょう きゅうかくだい  
現在、沖縄県では新型コロナウイルス感染症が急拡大しています。  
まいにち てあら はやねはやお あさごはん こころ かんせんしょう よぼう  
毎日の手洗い・うがい・早寝早起き朝ご飯を心がけ、感染症を予防し、ウイルス  
に負けないからだ作りを行いましょう。  
また、体調が悪いときは登校を控え、自宅でゆっくり休ませてください。  
しんがた かんせんしょう がっこう れんらく  
新型コロナウイルス感染症にかかった場合は、学校にご連絡ください。

【感染した場合の登校について】

発症した後5日を経過し、かつ症状が軽快して1日経過するまでは出席停止です

## 夏に多い子どもの感染症

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 こころが  
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

38～40度の発熱、のどの痛み、  
食欲不振、口の中の水疱など

### 手足口病

口の中、手のひら、指、  
足の裏の水疱など

### 咽頭結膜熱（プール熱）

38～39度の発熱、頭痛、  
のどの痛み、目の充血など



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。  
家庭ではこまめな水分補給をお願いします。

## 歯科検診がありました♪

昨年よりも未処置児童  
が増加している結果と  
なりました。  
夏休みなどを利用して、  
受診をお願いします。

歯科検診の結果		0	2	4	6	8	10	12
健全歯								10
処置完了者	■	1						
むし歯	■							10

