

ほけんだより



令和7年5月30日
豊島区立富士見台小学校
校長 田中 良行

ほけんだより No. 3

6月10日(月)に歯科検診があります。学校歯科医である黒田先生に行っていただきます。朝食後に磨いていると思いますが、いつもより念入りに歯を磨いてから登校してください。

また、6月13日(金)に歯科講話があります。黒田先生をお招きして、歯の大切さについてお話していただきます。ぜひご家庭でも歯の大切さについて話し合ってみてください。

6月のほけん目標

歯を大切に
しましょう。



学校感染症にかかった場合は、

登校の際に治癒証明書を提出していただきます。

★治癒証明書が必要な学校感染症は、麻疹・流行性耳下腺炎・風疹・水痘・咽頭結膜熱などです。また、感染性胃腸炎やマイコプラズマ肺炎・溶連菌感染症などは医師から感染の恐れがあると認められた場合に、治癒証明書を提出していただきます。この場合、欠席ではなく出席停止の扱いになります。

★インフルエンザと新型コロナウイルス感染症は、暫定措置により治癒証明書の提出は不要です。代わりに、電話にて発症日・受診日・医療機関名・症状と登校予定日を確認させていただきます。※インフルエンザの場合、発症後5日経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止となります。

健康診断の結果より

内科・耳鼻科・眼科・歯科健康診断を欠席した人は、欠席者向けの健康診断のお知らせを配付しますので、保護者の方と一緒に病院を受診してください。

★プールへの入水は健康診断が終了してからになります。

★耳鼻科と眼科で治療のお知らせをもらった人は、プールへの入水は治療後になります。治療終了のお知らせを担任へ提出してください。



暑い時季の～熱中症対策～

暑い季節が近づいてきました。熱中症対策が必要です。人間の体は水分をたくさん必要としています。特に子供たちは、たくさんの水分が必要です。なぜなら…

- ①成長期の子供たちは、体の水分の出入りが激しい。
- ②皮フや呼吸から失われる水分が大人に比べて多い。
- ③汗をかく機能や、腎臓の機能が未熟。

そこで、次のことに気を付けながら、暑い夏を乗り切りましょう！

- ①朝食を食べる。
★飲料水だけでなく、食べ物にも水分がたくさん含まれています。
朝食は熱中症を防ぐためにも大切です。
- ②こまめな水分補給を行う。
- ③規則正しい生活と十分な睡眠に気を付ける。

★学校では子供たちに水分補給の声かけをするとともに、屋外での活動は暑さ指数（WBGT）を計測して注意しています。暑さ指数を用いた指針では、28度～31度は熱中症の危険が高くなるため、激しい運動は中止。31度以上の場合は、運動は原則中止となります。そのため、WBGT が28度以上のときは外遊びを制限したり、中止したりすることもあります。



水泳指導が始まります。

水泳指導が始まります。水中での活動を楽しむために、ご家庭でも確認をお願いします。

- ①朝の健康観察をお願いします。
- ②朝食を必ず食べてから登校させてください。欠食は危険です。
- ③前日は睡眠を十分にとるよう注意をお願いします。

