

令和6年 7月 1日
清瀬市立清瀬第七小学校
校 長 吉田 有子
養護教諭



7月になりました。暑い日が続くと、汗は気持ち悪いし、体はだるい、食欲も出ない、なかなか眠れない、ということはありませんか。そのままにしておくと夏バテを起こしてしまいます。早く起きる、朝体を動かしてみるなど、ひとつでもいいので、できることから生活を整えていきましょう。

けんこう はいふ
健子カードを配布します

4月から行^{おこな}ってきた定期健康診断^{ていきけんこうしんだん}の結果^{けっか}が書^かいてある健康カード^{けんこう}を配^{くば}ります。おうちで

成^{せい}長^{ちよう}の記^き録^{ろく}や、健^{けん}康^{こう}診^{しん}断^{だん}でみ^みつ^つか^かつ^つた病^び気^きやむ^むし^し菌^{きん}など^{など}を確^{かく}認^{にん}してくだ^{くだ}さい。

ちりょうず きにゆう きにゆう ほけんしつ ちりょう
治療済みの記入はカードには記入されませんが、保健室でチェックしているので、「治療
ず し ほけんしつ たんにん せんせい だ
済みのお知らせ」は保健室か担任の先生まで出してください。

[illegible]

サインまたは押印

保護者の皆様へ 「健康カード」の記録方法が変わります。

今までは手書きで記録をしていましたが、今年度より清瀬市の校務支援システムに入っている検診結果のデータを直接印刷したものを貼る記録に変わります。つきましては、左ページの右下に保護者のサインまたは押印をして学校に戻してください。よろしくお願いいたします。



がつ ほけんもくひょう
7月の保健目標
なつ けんこう
夏を健康にすごそう

七小では、体調を崩してお休みする人が増えてきています。症状は、熱や止まらない咳、下痢や腹痛、嘔吐などです。病気によっては、人にうつしてしまう病気もありますから、少しでも体調がよくないなと感じる時は、無理をせずお休みして様子を見てください。咳が止まらない人はマスクをしましょう。

げんざい ななしょう ほうこく びょうき
現在、七小で報告された病気

ヘルパンギーナ、マイコプラズマ肺炎、溶連菌感染症、手足口病、
コロナウイルス、感染性胃腸炎、アデノウイルス

保護者の皆様へ

七小では、様々な感染症の罹患報告が上がっています。人から人へ感染しやすい病気も含まれていますので、朝、お子さんの健康状態をよく観察していただき、発熱以外でも咳や腹痛、頭痛や悪心等の症状がありましたら無理をせずお休みして様子を見ていただくことをお勧めします。

また、上記の病気にかかると、欠席ではなく「出席停止」扱いとなります。学校登校の際には「登校届」を提出してください。用紙は学校 HP に掲載しています。

なつ 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。

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、口の中の水泡など

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。