

7月ほけんだより

令和8年7月14日

清瀬市立清瀬第八小学校

校長 大森 雅之

養護教諭 大橋 美智子

定期健康診断の結果について

15日（水）に「健康カード」を配ります。健康診断結果を添付していますので、ご確認ください。ご不明な点やお子さまの成長のことでご心配なことなどありましたら保健室までご連絡ください。

【今までとの変更点】

今回、配付する「健康カード」は、学校への返却は必要ありません。ご家庭で保管してください。詳しくは、清瀬市教育委員会からのお知らせ、「健康診断記録に係る連絡方法の変更について（お知らせ）」をご覧ください。

2学期と3学期の身体測定の結果は、「発育のようす」（A4プリント1枚）を配付する予定です。

夏に多い感染症について

手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱は、主に夏に流行する感染症です。手足口病は都内で警報基準を超えているそうです。疑わしい症状がありましたら受診をお願いいたします。

八小では、先月から今まで、溶連菌感染症やマイコプラズマ感染症、流行性角結膜炎の報告がありました。

【感染予防】

- 石けんでこまめに手を洗いましょう。また毎日清潔なハンカチやタオルを持参しましょう。
- 咳やくしゃみができる場合は、咳エチケットを心がけましょう。



夏休みも規則正しい生活を心がけましょう！

- 1 起床時刻をそろえましょう。
- 2 起きたら、カーテンを開け、日の光を浴びましょう。
- 3 朝食をとりましょう。



スマホ・タブレット・ゲームなど家のルールを決めましょう！

- 使用する場所を決める。
- 終わりにする時間を決める。
- 危険を避けるための決まりを作る。
- アウトメディアデーを作る。など

