

ほけんだより7月^{がつ}

羽村市立羽村西小学校 保健室（令和4年7月）

梅雨も明け、いよいよ夏が本格的にスタートします。気温が高くなると、特に注意したいのが熱中症です。

羽村西小学校の保健委員会では、昨年度から引き継いだ「ねっちゅうしょうぼうしくん」のキャラクターを使って、熱中症の予防に努めています。



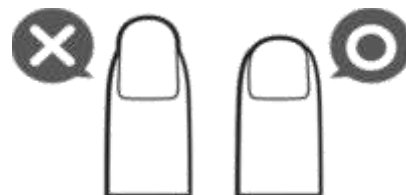
当番の保健委員は、「ねっちゅうしょうぼうしくん」の掲示を持って、休み時間に帰ってくる児童に「水分補給をしましょう」「汗をかいたらハンカチやタオルでふきましょう」と声をかけたり、放送で呼びかけたりしています。「今日は放送に行ってきます！」「もう5分前なので呼びかけをします！」と、自ら率先して動く保健委員会の児童はとても頼もしいです。この調子で、西小の熱中症を減らしていきましょう。



保護者の方におかれましては、日頃、感染症対策へのご協力ありがとうございます。この夏も、熱中症対策と感染症対策を両立しながらの生活です。マスクを着用することへの抵抗が薄れてきた人も多いかと思いますが、暑い中でも無理をしてマスクをし続けると、熱中症になってしまいます。学校では換気や手洗いを徹底し感染症対策を続けるとともに、自分の体調や周りの環境に応じて、体調が悪くなる前に休息をとれるよう呼びかけていきます。

最近、つめが伸びている人を見かけます。また、伸ばしっぱなしにしている「つめが割れて痛いです。」と言って保健室に来室する人もいます。つめが長いと、よごれがたまって衛生的ではありませんし、わざとではなくても人を傷つけてしまうおそれもあります。

手のつめは1週間に1回、足のつめは2週間に1回を目安に伸びていないか確認しましょう。プールも始まったので、足のつめも一緒に確認できるといいですね。



7月25日から、夏休みが始まります。事故やけががなく、休み明け元気な西小のみなさんと会えることを楽しみにしています。

休み明けに体調を崩さないように、寝る時間・起きる時間は学校がある日と同じ時間にして、しっかり朝ごはんを食べましょう。また、6月の時点で、子どもがまきこまれる水難事故がニュースになっています。今一度西小のルールを確認して、夏休みを安全に楽しく過ごしてください。