

おうちの方へ



7月に入りましたが、梅雨のじめじめした湿度の高い日が続いています。暑さが続いていた頃との気温の差や一日の中での気温の差が大きいため、風邪をひいたり体調を崩したりしやすくなっています。また、ものもらいや結膜炎、中耳炎、とびひ（伝染性膿痂疹）等の目や皮膚の症状で来室する児童も多くなっています。体も心も疲れやすくなると思いますが、『早寝 早起き 朝ご飯』を心がけて、お子さんが元気に生活できますよう、御配慮をよろしくお願いいたします。

健康診断の予定と結果について

8 / 30 (月) 5・6年生 身体測定
31 (火) 3・4年生 身体測定
9 / 2 (木) 1・2年生 身体測定



結果の配付について

- ☆健康診断結果一覧（成長曲線）については、個人懇談時に配付する予定です。
- ☆心臓検診、腎臓検診、小児生活習慣病予防健診については、個人に結果を配付しました。
- ☆色覚検査については、実施時に本人に結果を配付します。



健康診断の結果から

身体測定: 肥満傾向の児童は全体の10.7%、痩せ傾向は1.8%でした。内科検診や小児生活習慣病予防健診で受診が必要なお子さんには通知が出ています。運動不足や食生活の乱れが肥満の原因になります。規則正しい生活やバランスのよい食事を心がけましょう。

視力検査: 視力が低下している児童（B～D）は、全体の39.2%で、授業に支障が出る可能性がある児童（C・D）は、33.3%でした。視力の低下には、スマホやゲームの使いすぎによる目の疲れや姿勢などが影響しています。時間を決めたり部屋の明るさや姿勢に気を付けたりして使うようにしましょう。

歯科検診: むし歯があり治療が必要な児童が23.2%でした。痛みが出る前に早めに治療しましょう。



夏休みの過ごし方について

睡眠リズムがくずれて疲れやすくなっているお子さんが目立ちます。夏休みはさらに生活リズムがくずれやすくなりますので、日中運動をしたり就寝前はデジタル機器の使用を控えたりして、睡眠環境を整えていただければと思います。



感染症・熱中症対策についてのお願い

学校では、手洗い、手指のアルコール消毒、マスク着用 3密を避ける等の感染症予防対策を徹底しながら、新しい生活様式で過ごしています。マスクを着用しての活動が多くなり熱中症も心配されます。今後も熱中症・感染症対策を徹底するために、お子さんの持ち物について御協力をお願いいたします。

また、朝の体温測定や健康観察、PCR検査についての報告等についても御協力ありがとうございます。引き続き夏休み中も御家庭での感染予防を徹底していただき、お子さんや御家族の方の健康状態について不安なことがありましたら遠慮なく御相談ください。

<登校時お子さんに必ず持たせていただきたい物>

- マスク（予備を数枚持たせてください。）
- ハンカチ、タオル（汗を拭き取りやすいもの）
- 水筒（水、お茶、スポーツドリンク、経口補水液）



下着の着用についてのお願い

気温が高くなってくると下着を着ていないお子様が目立つようになります。下着は汗や皮脂を吸収し、肌を清潔に保ったり臭いを防いだりしてくれます。熱中症予防のためにも必ず着用させてください。

また、中高学年の女子については、薄着になると体のラインが目立つようになってきます。成長に合わせて、胸の部分が二重になった下着やスポーツブラジャーなどをお子さんと相談して着用させていただければと思います。ブラジャーを着用する場合には、下着も着用させてください。



