

ほけんだより 6月号

東広島市立東西条小学校
令和8年6月2日
保健室

運動会、お疲れ様でした！みなさんが全力で頑張る姿や、笑顔いっぱいでのダンスをする姿に元気をもらいました☆
6月は、水泳学習が始まります。規則正しい生活をして、体調を整えておきましょう。



【6月の保健目標】

熱中症を予防しよう

暑い日の過ごし方を工夫しよう！

じめじめと蒸し暑い日が近づいてきました。気温はもちろん、湿度が高くても熱中症になりやすいです。校長先生は、熱中症対策として、少し多めかな？くらいの水分補給を心がけたり、外で活動する時は、途中で木陰で休んだりしているそうです！

東西条小学校では、暑さ指数(WBGT)を測定しています。暑さ指数とは、熱中症になりやすいかどうかをはかるための数値です。右の写真のものを見童玄関に掲示しているので、確認するようにしましょう。
暑さ指数によって、昼休けいを20分間に短縮したり、外遊びができなかったりすることがあります。その時は放送をするので、よく聞いて行動してください。



今年度もやります！メディアコントロール週間！

視力検査の結果、視力1.0未満(B・C・D)の人数は、1年生21名(25%)、2年生25名(30.9%)、3年生30名(31.6%)、4年生49名(51%)、5年生37名(46.8%)、6年生52名(66%)であり、令和7年度全国の小学生の割合の36.1%と比較すると、4・5・6年生は1.0未満が多い割合でした。

これは、スマホやテレビなどの電子機器の画面を近距離で長時間使用する機会が増えたことも影響しているといわれています。メディアコントロール週間を通して、メディアに触れる時間をコントロールできる力を身につけましょう！

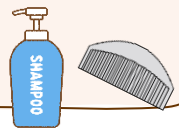
1回目の期間：6/8(月)～6/12(金)



「アタマジラミ」を知っていますか？



- 「アタマジラミ」って何？**
「アタマジラミ」とは、髪の毛に寄生してかゆみを引き起こす、小さな虫です。不潔だからわくわけではありません。髪と髪が触れ合ったり、物の貸し借りをしたりすることで、**誰にでもうつる可能性**があります。
- ここをチェック！(見つけ方)**
頭がかゆいと思ったら、おうちの方に「白い粒」(アタマジラミの卵)がないか見てもらいましょう。
場所：耳の後ろや首の付け根など
※フケとは違い、爪でつまんで引っ張らないと動きません。
- 予防のために！水泳学習での3つの約束**
1. タオルの貸し借りは絶対にしない！
2. 水泳帽など、頭に付けるものは自分のものを使う！
3. 家に帰ったら、しっかりシャンプーをして髪をよく乾かす！
- もし見つけても大丈夫◎**
薬局で売っている専用のシャンプーやくしで、簡単に退治できます。「もしかして?」と思ったら、いつでも保健室へ相談してくださいね😊



健康診断がつづいています！

春の定期健康診断は6月まで続きます。結果が返ってきたらおうちの方と確認しましょう。

つき月	日にち	内容	がくねん 学年	じゆんび 準備するもの
6	3(水)	眼科検診	1年生	
	4(木)	内科検診③	2年生・5年生・6年生	体操服
	9(火)	歯科検診③	2-3・3年生	★朝食後に歯みがき
	11(木)	歯科検診④	5年生・6-2・6-3	★朝食後に歯みがき

保護者の方へ

★健康診断の結果をお返ししています

これまでの終了している健康診断の結果をお返ししています。
お知らせがあった場合は早めに病院受診されることをお勧めします。病院に行かれたら、「受診報告書」を学校へ提出してください。よろしくお願いいたします。

よろしくお願ひします