

# ほけんだより



令和5年7月12日 かもと稲田支援学校 小・中学部

保健目標 ケガに気をつけよう・熱中症を予防しよう

## 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る時期です。学校でも、発熱や鼻水、のどの痛みなどを訴える姿も見られます。県内では、新型コロナウイルスやインフルエンザも注意が必要な状況です。手洗い・うがい・十分な睡眠等で予防を心がけましょう。

ヘルパンギーナ	手足口病	咽頭結膜熱(プール熱)
38～40度の発熱、のどの痛み、食欲不振、口の中の水泡など	口の中、手のひら、指、足の裏などの水泡など	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。

## ご参加ください

7月28日(金) 第1回学校保健委員会



### ～デジタル機器が心身の健康へ及ぼす影響について～

昨年度のアンケート調査により、本校の課題は「タブレットの使用方法和気持ちの切り替え方」ということがわかり、学校でも担任を中心に取り組んできました。御家庭でも、それぞれにルール作り等に取り組んでおられると思います。



今回、学校医(眼科医等)の話聞く機会を設け、目とモノとの距離と視力との関係や、子どもたちの目の健康課題についてお話ししていただきます。お子さんの様子を思い浮かべながら、「タブレット等とどのようにうまく付き合っていくか」を考えながら参加していただけたらと思います。

- 「けんこうのしろく」を配付します。お子様と一緒に、体の成長等をご確認ください。
- 感染症、熱中症、食中毒の予防など、体調管理が必要な時期です。夏休み中も、「早寝、早起き、朝ごはん」など規則正しい生活を意識して、元気に過ごすことができるようサポートをお願いします。