



7月のほけんだよ

令和4年7月20日
府中町立府中中央小学校
保健室

いよいよ明日から夏休みです。たのしい夏休みにするためには、自分の健康を守ることが一番大切です！基本は、規則正しい生活、バランスのよい食事、十分な睡眠です。ウイルスに夏休みはありません。夏休みもこれまで通り、**新型コロナウイルス感染症**と**熱中症**の予防を心がけましょう。夏休み明け、成長したみなさんと会えることをたのしみにしています。

夏休みを元気にすごそう

夏休みも早起きで
いいこといっぱい



出かけるときは
一緒だよ



ぼくはむし歯菌



蚊が好きな色は何色!?

かゆ〜い!
蚊に刺された!

チューチューと血を吸い、
肌をかゆくさせて、みんな
を困らせる“蚊”。

そんな蚊は、ある色の服を着ている子
が大好き。何色かわかりますか?

しろ いろ
白色

き いろ
黄色

くろ いろ
黒色



…正解は「黒色」。蚊がわかるのは「黒」と
「白」の2色だけで、特に黒色が好きなんだと
か。シマウマの黒い模様に蚊がたくさん集まっ
たという実験結果もあるそうです。

服でできる蚊対策!

しろいろ あか いろ ふく き
白色など明るい色の服を着よう

なが なが
長そでや長ズボンで、
はだ で ふん へ
肌が出る部分を減らそう



ほけん室には毎日の
ように、鼻血が出た
ひとがやってきます。
鼻血が出たときの
手当てのやり方を
知っておこう。

わっ
鼻血だ!
はなち

こんなとき、どうする?

A 上を向く

B ティッシュを詰める

C 鼻をつまんで下を向く

正解は **C**

上を向くと、のどに血が流れて
しまうので、絶対にダメ! また、
ティッシュを詰めると、鼻の中を
傷つけてしまうかもしれません。

鼻血が出たら、まずは落ち着いて鼻をつまみ、そのま
ま下を向いて血がとまるのを待ちましょう。



暑さで鼻血が出ることがあります。鼻をつまみながら、冷たい
タオルや水で鼻の上や首すじを冷やすと、血が早く止まります。



保護者の方へ

〇定期健康診断の結果のお知らせについて

1 学期に実施した健康診断については、所見があったお子様への結果のお知らせは全て済んでいま
す。受診が必要なお子様については、ぜひ夏休みの時間を利用して受診をお願いします。なお、受診
されましたら、夏休み明けに、「受診結果報告書」を学校にご提出ください。

〇内科検診について

内科検診については、感染状況が落ち着くまでしばらく延期となっています。日程については感染症
の動向を見据えながら学校医と検討して決めます。日程が決まり次第お知らせしますが、急な日程変
更等が起こるかもしれませんがご理解・ご協力をお願いします。

