

5月のほけんだより

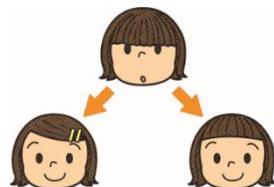
えがお
No.6
島守小学校保健室
令和4年5月27日

5月30日(月) **眼科検診** があります。

1. 対象：1・4年生
(他の学年は昨年度の結果と問診票の結果から、症状のある人が対象となります。対象者にはカードを配付しました。)

2. 準備

- ①朝、顔をあらいましょう。
- ②めがねをかけている人は、**めがねをはずして**検診を受けましょう。
- ③前がみが目にかかる人は、ピンでとめてくるか、前がみを切ってきましょう。
- ④検査の前は目をこすらないようにしましょう。



3. 検診当日

◎お医者さんの前に来たら、自分で両目の下まぶたをあっかんべをするときのように下に引き下げてください。



今年度から眼科検診を担当する学校医の先生が変更になります。
よろしくお願ひいたします。

+ 学校医の先生を紹介します	
👁️ 眼科	鹿内眼科医院 鹿内 祐樹 先生

ねっちゅうしょう ちゅうい そろそろ熱中症に注意!

【熱中症になりやすい日】

- 気温が高い日
- じめじめした日
- 日差しが強い日
- 風がよわい日
- 急に気温が上がった日

【熱中症になりやすい人】

- 体調が悪い人
- すいみん不足のひと
- ごはんを食べていない人
- 体力がない人

上に書いたように、熱中症にはなりやすい日やなりやすい体調のときがあります。頭がズキズキいなくなったり、めまいがして立っていらなくなったり、気持ちが悪くなったりしたら、すぐに近くにいる先生に言いましょう。また、熱中症には予防が大切です。きちんと予防をしてあつさに負けない体をつくりましょう。

ねっちゅうしょうよぼう 熱中症予防のかきごおい

か かならずぼうし
き きそくただしい生活
ご ごまめに水分をとる
お お塩もわすれず
り 涼をとろう

※「涼しくしよう」という意味だよ!

