ほけんだより　7月

2018(平成30)年6月29日　二見北小学校保健室

※おうちのひとといっしょによみましょう



もうすぐ7月。いよいよこれから夏本番です。気温がぐっと高くなるこの時期は、熱中症も多くなります。こまめに水分をとり、しっかり睡眠をとりましょう。

感染性胃腸炎に注意！

おう吐、腹痛、下痢などの症状があったら、感染性胃腸炎かもしれません。ウィルスおよび細菌による感染性胃腸炎は、例年11月下旬から患者数が増え始め、12月中頃にピークをむかえる傾向ですが、感染力が強く一年を通して発生しており、日頃からの注意が必要です。明石市では、6月に入り、感染性胃腸炎の患者が増えています。

食事の前やトイレの後は、必ず石けんで手を洗うようにしましょう。



症状

- おう吐
- 下痢
- 腹痛



かかってしまったら

- 多くは1～2日で自然に治ります。おう吐や下痢がひどい時は、脱水に気をつけて水分と栄養の補給をしっかりと！

気をつけること



- 手あらい、うがいをしっかりする。
- タオルやハンカチの貸し借りはしない。
- 吐いた時や便でトイレを汚したら、塩素系漂白剤で消毒。

身体測定の結果は？

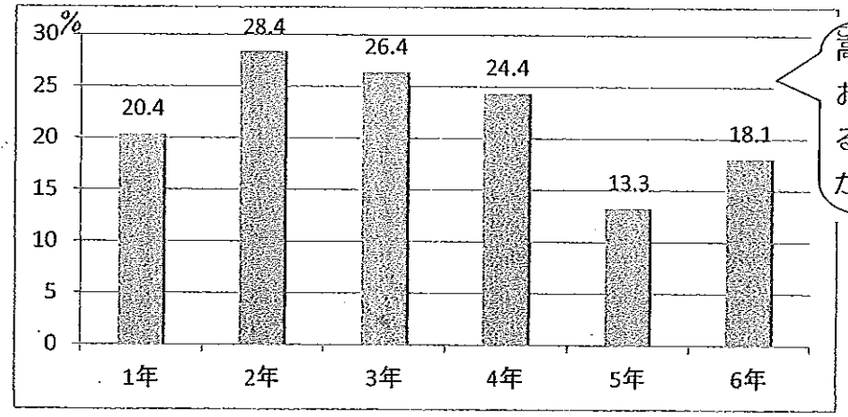
4月の身体測定の結果　〈平均値〉

		1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	身長cm	115.0	122.6	128.2	132.6	138.5	144.4
	体重kg	20.4	25.3	28.6	30.6	35.5	37.4
女子	身長cm	114.6	120.0	126.5	133.5	140.2	146.8
	体重kg	20.6	22.3	26.0	29.7	36.0	39.0

歯科健診の結果は？



むし歯のある者の割合（%）



視力検査の結果は？

