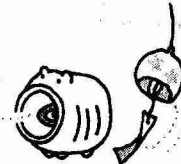




# 保健だより 7月号



仙台市立中野栄小学校 2016. 7. 11

梅雨時で気温差のある日が続いています。感染症では水痘（水ぼうそう）とマイコプラズマ肺炎が出ています。お子さんの体調管理に十分ご留意ください。

7・8月の保健目標  
なつ せいかつ き  
夏の生活に気をつけよう

## 健康診断結果のお知らせ

7月上旬に、健康診断の結果を、健康手帳に記入してお知らせいたします。ご家庭で、成長の様子や健康状態を、お子さんと一緒にごらんください。

## 発育測定結果(平均値)について

※全国・仙台市の平均値は27年度のものです。

		身長 (cm)		体重 (kg)	
		男	女	男	女
1年	中野栄小	117.9	116.5	21.7	21.0
	仙台市	116.8	116.2	21.5	21.1
	全国	116.5	115.5	21.3	20.8
2年	中野栄小	122.7	121.7	23.9	23.0
	仙台市	122.8	121.9	24.1	23.5
	全国	122.5	121.5	23.9	23.4
3年	中野栄小	127.3	128.1	26.9	26.7
	仙台市	128.6	127.5	27.4	26.6
	全国	128.1	127.3	26.9	26.4
4年	中野栄小	135.0	132.8	32.5	29.1
	仙台市	133.9	134.0	30.9	30.4
	全国	133.5	133.4	30.4	29.7
5年	中野栄小	138.7	139.3	34.7	33.0
	仙台市	139.5	140.6	34.9	34.5
	全国	138.9	140.1	34.0	33.9
6年	中野栄小	146.0	148.0	41.6	40.3
	仙台市	145.9	147.2	39.2	39.5
	全国	145.2	146.7	38.2	38.8

～配布しました。ご確認ください。～

ジフテリア・破傷風予防接種（第2期）  
のお知らせ  
対象者：11歳～13歳未満（小学6年生相当）

日本脳炎予防接種（第2期）のお知らせ  
対象者：9歳～13歳未満（小学3年生相当）

※別紙のお便りをよくお読みの上、各ご家庭で医療機関に出向き、接種させてください。



# 水泳学習について

今年もけがや病気の無い、楽しい水泳学習とするために、ご家庭での毎日の健康観察、体調管理にご配慮ください。よろしくお願いたします。

～児童のみなさんへ～

楽しい水泳学習にするため、次の点について自分でチェックし、気をつけましょう。

## 1. 体の調子は良いですか？

- (1) ねっつぽくないですか。
- (2) けがをしていませんか。
- (3) げりをしていませんか。
- (4) ねぶそくではないですか。



※朝おきて調子が悪いと思ったらプールに入るのはやめましょう。

## 2. 家ですること

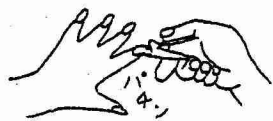
- (1) 前の日は早く寝る。



- (2) 耳そうじをしておく。



- (3) 手足のつめは切っておく。



- (4) 朝ごはんはしっかりとるようにする。



## 3. プールに入る前に

- (1) トイレに行く。
- (2) 鼻をかむ。
- (3) うがいをする。
- (4) 体をよくあろう。
- (5) じゅんびたいそうをする。



## 4. プールから出たら

- (1) 目や顔を水でよくあろう。
- (2) 体もよくあろう。



- (3) かわいたタオルでしっかり体をふく。

(タオルは自分のものを使う)



- (4) 耳に水が入ったらよくとる。

- ・ 片足ケンケンする。
- ・ めんぼうでふきとる。



## ～夏に流行する病気～

### 水痘（水ぼうそう）

軽い発熱と同時、あるいはすこし遅れて発疹が出ます。胸・腹などに始まり、顔・全身に広がります。現在、低学年を中心に流行が見られます。手洗い・うがいを徹底しましょう。



### プール熱

正確には、咽頭結膜熱といいます。主な症状は高熱・のどの痛み・目の充血です。熱は3～4日、目の症状は1週間ほどで治まります。プールなどで使用するタオルの共有は避けましょう。

