

ほけんだより



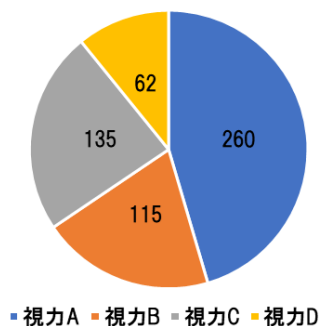
東海村立東海南中学校
ほけんだより No.2
令和7年7月18日(金)

保護者のみなさまへ

1学期が終わり、今、お子さんはどんな様子でしょうか？それぞれに、この4か月間で頑張ったことや乗り越えたことがあるはずです。ぜひ、親子で1学期を振り返り、お子さんの頑張りを言葉にして認めてあげてください。そして、2学期も心身共に元気に過ごすことができるよう、夏休みを活用し、次に繋がる目標を立ててみてください。

今年度の健康診断の結果について

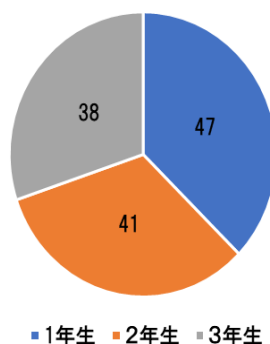
視力検査結果



← 矯正視力者を含めた人数です。裸眼視力Aの生徒は、83名で全体の37.1%でした。

視力B以下の生徒については、眼科受診をお勧めしています。近年は、近視の生徒が増えているようです。

むし歯有り(永久歯)



← 永久歯のむし歯(う歯)があった生徒の人数です。乳歯と違い、永久歯は生え替わることがありません。

お子さんの将来のために、必ず治療をお願いします。

夏休みを活用して、受診を！

受診が必要な項目のある生徒、未実施の健診がある生徒には、受診勧告書を配付済みです。どの健診も、お子さんの健康維持に大切な検査です。夏休みを活用して、積極的な受診をお願いします。

健康診断結果一覧を配付します！

三者面談時に、全生徒へ「健康診断結果のお知らせ」を配付します。各健康診断の結果一覧を載せていますので、お子様とご確認ください。

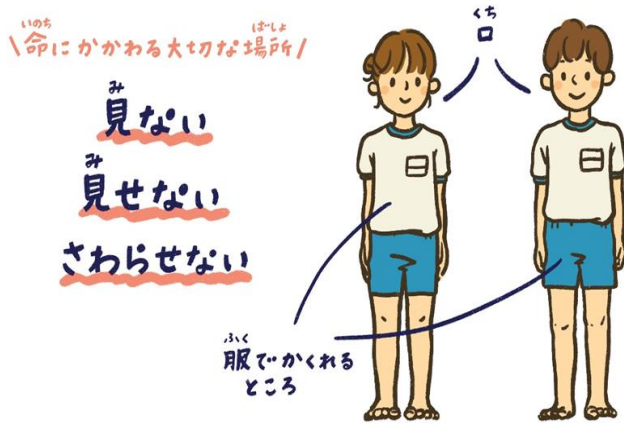
また、肥満傾向の生徒には、「医療機関のお勧め」「生活習慣病予防における個別指導の実施について」を合わせて配付します。お子様とご相談のうえ、医療機関受診や個別指導の実施についてご検討ください。

～保健委員会の活動の様子～



保健委員会の生徒達がペットボトルキャップ回収を行い、3969個のキャップが集まりました。これは、JCVという団体に寄付され、世界の子ども達のワクチンに生まれ変わります。3969個では、約5人分のワクチンが確保できるそうです。ご協力ありがとうございました。

知っているかな? プライベートゾーン



心配なことがあったら、迷わず大人に相談しましょう。

「プライベートゾーン」とは、一般的に、左の絵のように「口」や「服でかくれる場所」を指します。プライベートゾーンは、勝手に誰かに見られたり、触られたりすることがあってはいけません。

同様に、勝手に誰かに見せたり、触らせたりしてもいけません。これは、同性・異性問わずです。

夏は薄着での活動が増えます。身体的な距離感はもちろん、心の距離感についても、自分と相手を大切にしたい「正しい距離感」で過ごせているか、いつも以上に注意をして過ごしましょう。

● 熱中症予防に良い飲み物は?

…「塩分」と「糖分」を含んだ飲み物が◎

炎天下での活動時は、水やお茶での水分補給だけでは熱中症の危険が高くなってしまいます!

● 暑い時は、体のどこを冷やせば良いの?

…「太い血管の通る場所」がポイントです。

「首」「わきの下」「足のつけ根」の3か所を冷やすことで、素早く体温を下げるができます!

ねっちゅうしょう よぼう たいさく 熱中症の予防と対策



⚠ 覚えておいて! 夏の事故を防ぐ2つのポイント ⚠

海や川に落ちたときは

“浮いて待て”!

息を吸って空気を肺にため、
あごをあげて上を見る



焦ってバタバタと動くことは、かえって危険です!

近くで雷の音が聞こえたら…



木の近くや電柱は、落雷の可能性が高く、危険です!