☆**お子さまと一緒にお読みください**☆　令和５年６月号　柿岡小保健室

梅雨の季節が近づいてきました。雨の日が続いたり、晴れの暑い日があったり、気温の差が大きい時期です。また、梅雨の晴れ間は湿度が高く、熱中症になりやすいです。脱ぎ着ができる服装で登校し、こまめに水分補給をして、体調を崩さないように自分で調節できるようにしましょう。

✿6月の保健行事について✿

健康の日（清潔調べ）	６月５日（月）	１、４年生	朝の時間	ハンカチ、ティッシュを忘れずに持ってきましょう。
	６月６日（火）	２、５年生		
	６月７日（水）	３、６年生		
尿検査２次	６月７日（水）	対象者・１次未提出者のみ	９時までに	※容器がない場合は事前にお知らせください

熱中症を防ぐために

マスクをはずしましょう

熱中症予防のために

○こまめに水分補給をしましょう
○食事をしっかりとりましょう
○睡眠をしっかりとりましょう

気温や湿度が高いときは、特に注意です！

自分で天気予報を確認するといいですね☀

感染力が強い麻疹（はしか）に注意⚠

茨城県内でも４年ぶりに感染者が見られました。国内の感染者数は、既に昨年１年間の人数を上回っていて注意が必要です。

麻疹の罹患歴やワクチン（２回接種）の予防接種歴を確認しましょう。

潜伏期間：10～１２日程度
症状：発熱・咳などの後、２～３日後に高熱・発疹

新型コロナウイルス感染症の5類移行後の健康観察

○マチコミアプリ「体調管理」機能について

５月２日の文書の通り、毎朝の体温の報告の必要はありません。「体調管理」機能は今後も活用できますので、お子さまの体調のことなどお伝えしたいことがありましたら、備考欄にご入力ください。

○欠席・早退・遅刻等の連絡について

今まで通り「体調管理」機能の備考欄に、朝７時５０分までにご入力をお願いいたします。（別の「お休み連絡」機能は使用できません）

７時５０分を過ぎる場合や詳しいお話がある場合は、お電話等でご連絡ください。

校内

オンライン相談

こまっていませんか？「ちょっとしたことを気軽に話せる、相談できる」窓口です。