

# ほけんだより 7

令和6年7月10日  
十日町市立田沢小学校  
保健室

梅雨に入り、蒸し暑い日が続くようになりました。これからは熱中症になりやすい時期です。規則正しい生活習慣や熱中症対策を心掛け、楽しく安全な夏をお過ごしください。



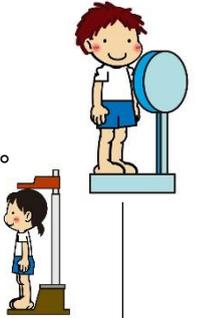
## 今年度の健康診断が終了しました

今年度の健康診断が全て終了しました。結果については本日配付しました「私の健康カード」をご家庭ご確認いただき、これからの生活の目安としていただければと思います。

### ①確認のサインについて

「私の健康カード」の結果を確認されましたら、確認欄にサインまたは押印をお願いします。

**※7月19日(金)までに担任へ提出**



### ②「治療のお知らせ」について

健康診断後の検査結果から、医療機関へ受診が必要なお子さんには、「治療のお知らせ」を配付しております。夏休み等の時間を使って早めの受診をお願いします。

### ③通院中の疾患について

「治療のお知らせ」が配付された疾患の中で、現在通院中のものや、以前医療機関で診てもらっている疾患については、保護者が必要ないと判断した場合は受診していただくなくても結構です。

ただし、健康診断の結果として「治療のお知らせ」は配付させていただいておりますのでご了承ください。

## 睡眠チェック2週間チャレンジが終了しました！

睡眠チェック2週間チャレンジが終了しました。ご家庭でのご協力ありがとうございました。全校の集計結果は、ほけんだよりにて今後お知らせする予定です。

普段の生活で、睡眠時間を意識して生活することは、あまり多くないと考えます。しかし、成長期の睡眠は、体と脳が成長するためにとても重要な役割があります。今後とも、子どもたちのより良い成長のために、ご家庭でも生活習慣を大切にしてください。

