

# ほけんだより7月



H26.6.30

深谷市立榛沢小学校

もうすぐ夏休み。夏休みまで欠席しないようにがんばってほしいです。暑い日もありますが、早めにねて、疲れをためないようにしましょう。また、水分をこまめにとったり、汗をふいたりして、熱中症の予防にも心がけましょう。また、本格的な暑さの前に、運動をし、汗をかく練習をしておくことも熱中症予防に大切なことです。



\* 歯と口の健康作品入選者  
(職員室前廊下に掲示してあります)



## ◎大里深谷学校保健会主催

1-1 いのうえ まこ	1-1 たむら しょうた	1-1 もりはら ひろと
1-1 ふくしま えり		
2-1 青木 やよい	2-1 内田 夕が	2-1 さか本 こはる
3-1 西巻 歩夏	3-1 柳井 雅斗	3-1 ダリワル 愛純
4-1 河村 亜純	4-1 立石 凌聖	4-1 角田 瑞貴
4-1 渡邊 涼太		

## ◎ 歯科医師会主催

5-1 青木 成弥	5-1 小暮 優花	5-1 根岸 実莉
5-1 真下 大輝	5-1 吉田 将崇	
6-1 新井 翼	6-1 新井 怜美	6-1 木村 悠空
6-1 清水 巧	6-1 三浦 う美	

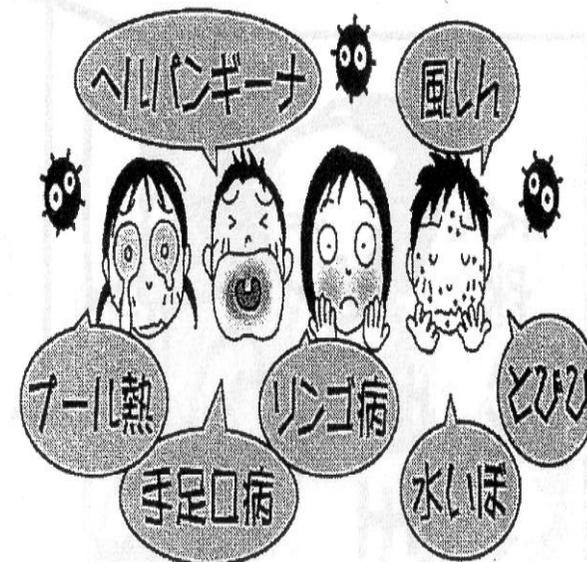
## 夏も大切 手あらい・うがい

☆「手あらい・うがい」といえば、かぜ予防の合いことばのようですが、実は、暑い時期にも大切。夏に流行する病気はたくさんあるからです。

お家の方へ

\*夏に多く流行する病気です。気をつけてください。

## 夏に気をつけたい感染症



### ●プール熱（咽頭結膜熱）

プールで感染することも多いため、この名前がついています。高い熱、のどの痛み、目の充血が主な症状です。感染力が強いのでかかったら、学校は休みます。（出席停止）

### ●ヘルパンギーナ

夏かぜの一つです。高い熱がでた後、のどの奥に水ぶくれができて痛みます。そのため、食事や水分をとるのも大変になります。（急性期は出席停止）

### ●とびひ

虫さされなどをかきむしり、そこに細菌が感染して起こります。かゆみのある水ぶくれができ、それをかくことでどんどん広がっていきます。

### ●水いぼ

皮膚や粘膜のウイルス感染症です。

### ●手足口病

発熱と喉の痛みのあと、手のひら、足の裏、口内に水泡ができるウイルスによる感染症です。

### ●リンゴ病

ウイルスの感染により、熱がでて、ほっぺたが赤くなります。

## \* 歯の治療は進んでいますか？

夏休み前に受診状況の調査をさせていただきます。ご協力をお願いします。まだ、受診の予定を立てていない方は、是非、夏休みを利用して治療を済ませてください。

