



あと1週間あまりで夏休みとなりましたが、すっきりしない天気が続いています。朝晩の気温が低い日が多く、かぜをひく人もちらほら。昨年の暑さに比べれば過ごしやすくして体は楽ですが、この状態が続くと、気温や湿度が急に上がったときに熱中症が起こりやすくなるので注意が必要です。睡眠をしっかりとる、バランスのとれた食事をとるなどで体調を整えて、熱中症にならない強い体をつくっておいてください。みんなが元気に夏を過ごせますように！

6・7月の出席停止状況

【6月】

- ・水痘 (みずぼうそう) 9人
- ・感染性胃腸炎 1人

【7月】(12日まで)

- ・水痘 (みずぼうそう) 5人
- ・感染性胃腸炎 1人
- ・手足口病 1人

※「手足口病」潜伏期間は3～6日。発熱、手・足・・・の粘膜に2～3mmの水疱ができる病気です。痛みやかゆみはありません。幼児がかかりやすい疾患ですが今年は感染者が多く、近隣の幼稚園や保育園でも流行しているところがあるようです。ご注意ください！

夏バテにならないように

しっかり水分補給

水分はひかえめで！

生活リズムをくずさない

ぬるくていいので湯船につかる

ゆったり、の～んびり♪

しっかり睡眠

マイマ～活用しよ♪

冷やし過ぎない

サムのナツテキタ…？

食事は栄養パーフェクトで

ビタミン、タンパク質、糖質、脂質、ミネラル

けんし
～健歯コンクールがありました！！～

★7月4日(木)に「柏市優良健歯コンクール：健歯の部」がありました。

藤心小からは、6年1組の永草月莉さんと6年2組の高橋優来さんが代表で参加しました。

これから「かむかむ大使」として、校内で歯の活動をしてくれる予定です。おたのしみに！

★「図画・ポスターの部」では

3年1組の三井尊琉さんと田中美羽さんの作品が「入選」となりました。

また、「標語・おもしろ川柳の部」では

5年2組の吉田千紗さんの作品が「優秀賞」となりました。

吉田さんの作品「白い歯は 友だちたくさん 作るまほう」

～おめでとう！ よかったね！～

図画と標語は

8/8(木)～8/12(月)にパレット柏のオープンスペース (Day One タワー3階) に展示されます♪

うらもあります

健康診断が終わりました！！ ～お子さまの「健康の記録」をお届けします～

今年度も定期健康診断にご協力いただき、ありがとうございました。「健康の記録」は、お子さまの「からだの通知票」です。よく目をとおしていただき、ぜひお子さまと体のことや成長について話したり、1学期の健康生活をふり返ったりしてみてくださいね！

健康診断でみつかった病気や異常の疑いなどは、この夏休みを利用して、かかりつけの医療機関でみてもらってくださいね。



成長曲線と肥満度曲線の用紙をはさんであります。お子さまの成長のめやすにしてください。



※本校では、発育測定を学期に1回行っています。このため、右側の「わたしの体重」の欄は空欄になっていますので、ご了承ください。次回の発育測定は9月に実施します。

◎1年生の保護者の方へ

心臓検診の結果が空欄になっていますが、受診の必要のある方にはすでにお知らせしています。特に連絡がない場合は「異常なし」となりますのでご了承ください。

◎「健康の記録」のなかで、ご不明な点や訂正箇所などがありましたら、保健室の宮内までお知らせください。なお、学校での検診は設備の整った医療機関での検診とは精度に差が出るため、検診結果が異なる場合があります。その時は主治医の指示に従っていただくようお願いいたします。

今回お届けした「健康の記録」は、
表面の保護者印の欄に押印のうえ、
7月17日（水）までに担任の先生に提出を！

※成長・肥満度曲線の用紙は、返却の必要はありません。
ご家庭での保管をお願いします。