

ほけんだより

令和8年8月24日 No.4



楽しかった夏休みが明け、学校に元気な声が戻ってきました。夏休みは、どのようにご家庭で過ごされたでしょうか。お子さんたちの話を聞くのが楽しみです。休み明けは、生活のリズムの変化や暑さの疲れから体調を崩しやすい時期です。

お子さん一人一人のペースに合わせて、ゆっくりと学校生活のリズムを取り戻していきましょう。

まだまだ

「熱中症」に気をつけましょう

※※今後も気温や湿度の高い日が予想されます。観察のポイントをご確認ください。※※

観察ポイント	SOSサイン	対応
顔・皮膚	- 顔が赤い・熱感がある - 乾燥している	○涼しい場所へ移動し、首や脇の下、足の付け根を保冷剤などで冷やす。
体調・機嫌	- いつもより機嫌が悪い - ぐったりしている・呼びかけへの反応が鈍い	○発熱や体温調節がうまくできていない可能性あり。体温測定を行い、水分を補給する。
筋緊張	- いつもより急に体に力が入る - 力が入らず姿勢が崩れやすい	○暑さや疲労による緊張の可能性あり。バギーや椅子の姿勢を再調整する。 ○背中に熱がこもりやすいので背もたれと背中の中に風を通し、クッションの位置などを工夫する。
水分・栄養	- 脱水症状 (尿の色や量がいつもと違う) - いつもよりむせることが多い	○水分は少量をこまめに補給。 ○とろみ剤や経管栄養の量は、お子さんの様子に合うよう調整する。

小1年生の保護者様

春から各種の健康診断を実施してきましたが、小学1年生を対象に行われる『心電図検診』について、本校では学校環境下での実施が難しいため検査の実施を見合わせています。主治医とご相談のうえ、病院での実施についてご検討ください。



保護者の皆様

夏休み中に体調の変化(発熱や発作の状況)や、服薬の変更、医療的ケアの内容等が変更になった場合はお知らせください。

登校時の健康チェックの際や、連絡帳を活用していただくとスムーズです。ご協力をお願いします。

