



あかるいみらい



高松小学校 保健だより

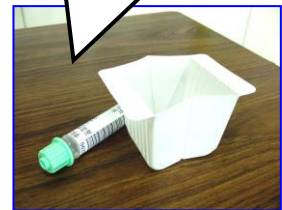
R4.6.9 No. 4

あした、**6/10日(金)**は

尿検査が あります

※ 本日、**ポリ容器**と**採尿容器**をくばります。

昨年から検査容器
がかわりました。

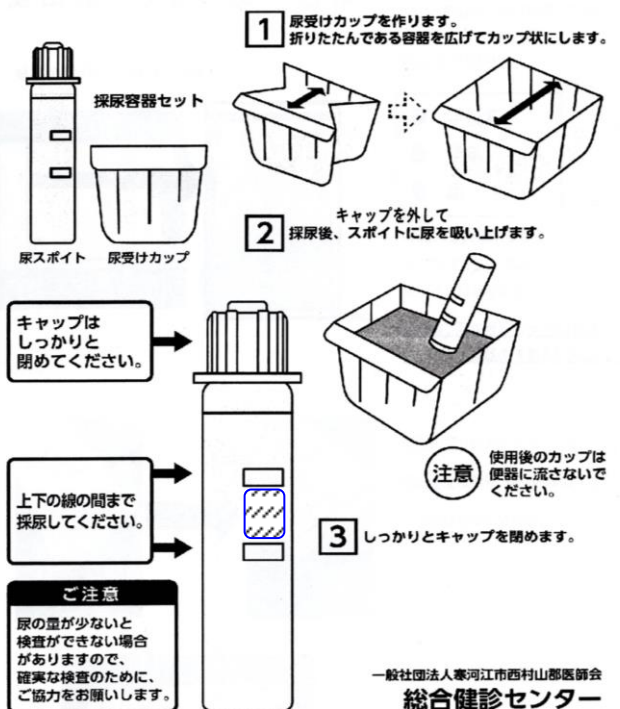


検査のやり方 10日の朝、おきたらすぐに おしっこをとります

(できるか心配な人は、おうちの人に手伝ってもらおう)

- ① 10日の朝、**おきたらすぐに**トイレに行き、おしっこを尿受けカップ(白い容器)にとります。
- ② 最初からでなく、**少し出してから**の「**と中のおしっこ**」をとみましょう。
- ③ 白い容器から、尿スポイトにおしっこをすいとります。
- ④ 尿スポイトの「**このあいだに入れる**」の高さまで入れてください。→(右図の  部分)
- ⑤ しっかりとフタをしめて、学校にもってきましょう。
- ⑥ 「クラス容器入れ」の、じぶんの番号のところに入れてください。

VI 採尿方法



★ 10日の朝、^かわすれず^{あさ}におしっこを^と取って^{がっこう}学校にもってきましょう。

★ わすれた時は、^{とき}たん^{せんせい}にんの先生に **授業が始まるまえに** ^{じゅぎょう}しらせ^{はじ}ましょう。

※とるのをわすれたら、学校でとります。欠席の時は、可能なら届けてください。

注意！ バーコードがぬれたり汚れたりすると、検査ができなくなります。気をつけましょう。

5 / 23(月)～5 / 27(金)は、 手あらいがんばり週間でした！



～こんな取り組みをしました～

手洗いを、①登校した後 ②中間休みの後 ③給食の前 に行うようにして、3回ともできたら◎、2回は○、1回は△、0回は×をそれぞれ表に書きました。

5日間全て◎だった人は79人中34人でした。1年生、2年生がとくにがんばっていました！すばらしい！

「みんな手洗いした？」「手洗いしよう！」とお互いに声がけしていた学年もあったときいて、とてもうれしく思いました。あまり◎つかなかったな…という人、まだまだコロナがはやっています。油断せず、手洗いをしっかりしていきましょう。

暑さになれていない今の時期、きけんです！

熱中症に気をつけよう！

涼しい日もあれば、気温や湿度が高い日もある今の季節。暑さになれていないからだだと、気温や湿度が高くなった時に熱中症になりやすいです。

熱中症予防として朝ごはんのときに、水分と塩分をしっかりとるようにしてください。実際に、5月に朝ごはんでは塩分をあまりとらずに、軽度の熱中症になって保健室にきた人が何人かいました。

みそ汁を飲んでくることが、水分も塩分もとることができる1番の方法です。 お家でみそ汁を飲んでから登校するようにしましょう。

熱中症に気をつけて

