

# 「**ほ**きかね

# なつやすごう 夏休み号

れいわ ねん ねん がつ にち  
令和7年(2025年)7月18日

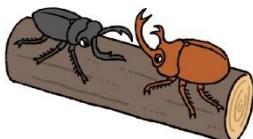
ながはまようごがっこう ほけんしつ  
**長浜養護学校** 保健室 N.O. 5

今年の夏は猛暑が続いていますが、みなさん体調は崩していませんか？

7月に入り、暑さ指数(WBGT)が31℃を超える「危険」となったため、屋外での活動や水泳を中止にした日もありました。安全に配慮をしながら教育活動を行っていますが、みんな気持ちに折り合いをつけながら、我慢をしてくれているなと感じています。

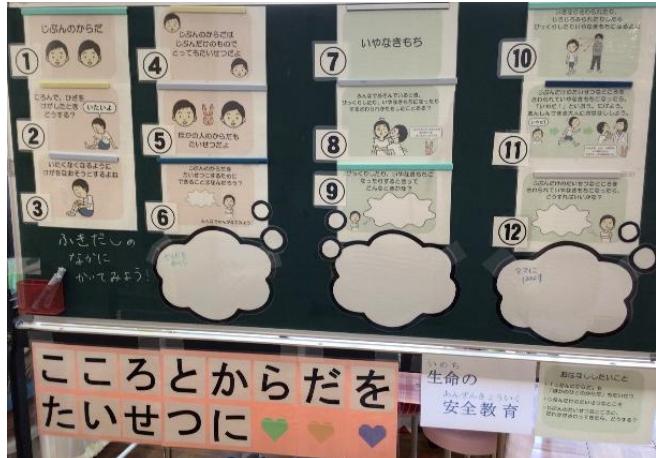
なつやす うち げんき す たいちょうかんり き つ  
夏休み、お家でも元気に過ごせるよう、体調管理に気を付けてくださいね。

9月に元気なみなさんと会えることを  
楽しみにしています。



# こころ からだ たいせつ 心と体を大切にしよう

# いのち あんぜんきょういく 命 の 安全 教育



ふきだしに  
きにゅう  
記入します

びっくりしたり、いやなきもちになったりするときって  
どんなときかな？

1

じぶんだけのたいせつなところを  
さわられていやなきもちになったら、  
「いやだ！」といおう。にげよう。  
あんしんできる大人におはなししよう。



16

健康診断で  
心配なところが  
見つかった人へ

## 受診・治療はOK?

健康診断で受診のおすすめをもらったのに



まだ受診していない

治療が途中になっている

夏休みは治療のチャンス!



早めに受診して、スッキリした気持ちで休み明けを迎えましょう。

いつも保健行事にご協力いただきましてありがとうございます。

1学期の健康診断で受診のお知らせをもらわれた方は、夏休みを利用して通院をお願いします。  
受診先でお困りのことがありましたら保健室まで連絡ください。

おうちの方へ



## 虫にさされないために

虫にさされるとかゆみが出て、  
かきすぎると細菌が入って  
しまうことがあります。また、マ  
ダニやハチなど、虫によっては感  
染症やアナフィラキシーショック  
の原因になることもあります。虫にさされ  
ないように対策をしましょう。

虫よけスプレーなどを使う



公園などで遊ぶときは、  
うすい長そで長ズボンを着る



もしも



## 虫にさされたら…

高熱やひどい腫れ、意識障害などがある場合は速やかに医療機関へ

保冷剤などで冷やす



すぐに水で洗って薬をぬる

