

保健だより6月号

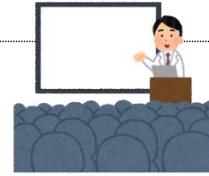


令和4年6月28日
千里みらい夢学園
吹田市立竹見台中学校

すがすがしい青空の広がる季節がやってきました。夏は日が落ちるのが遅く、外で活動できる時間

が長くなりますが、暑さに負けず元気に過ごすために熱中症対策が必須です。暑い日が続きますが、

元気に乗り切りましょう！！



3年生 がん教育を実施しました！！

6月8日(水)に大阪大学医学部附属病院より江口 英利 先生にお越しいただき、がん検診や予防、

治療法などを学びました。

★事前・事後アンケートの結果★

「将来、がん検診を積極的に受けようと思う」 回答:はい 事前 51.4% ⇒ 事後74.1%

★感想(一部抜粋)★

・がんは健康な自分には関係ないと軽視せず定期健診を受けたり、喫煙を控えたり、自分にできることはしようと思った。

・がんといえばとても危険な病気というイメージだったが、しっかり対策をすればがんのリスクが少な

き あんしん

動物も汗をかくの？


人間と同じように汗をかく動物はどれでしょう？

①ネコ ②カメ ③ウマ

答えは…①と③

人間・ネコ・ウマの共通点は「ほ乳類」なこと。ほ乳類はみんな、汗をかくことで、体温をいつも同じくらいに保っています。特に、人間とウマは汗っかきで有名。ウマは人間と同じように、体中に汗をかきやすい動物です。しかも、白く泡立つ汗をかくだとか。

一方、ネコは足の裏にちょこっとだけ汗をかきます。ちなみに、カメは周りの温度に合わせて体温を変えてるので、汗をかかなくてもいいのです。



裏面もあります

ねっちゅうしょうよぼう 熱中症予防

すいぶん えんぶんほきゅう わす
• 水分、塩分補給を忘れずに。

きゅうしつせい そっかんせい つうきせい
• 吸湿性、速乾性のある通気性の

よい衣服を着用しましょう。

ぼうし
• 帽子をかぶりましょう。

すいみんぶそく ちょうしょくぬ せいかつ
※睡眠不足や朝食抜きなど、生活

リズムが乱れると自律神経がうまく

働かず、汗を出しても体温を調節

する機能が低下します！！



ふく
服をゆるめ、
からだ
身体を冷や
します。

その症状 熱中症 かもしれません

めまい、失神。

あし
• 足がもつれる、ふらつく。

ぜんしんけんたいかん だつりよくかん は け ずつう
• 全身倦怠感、脱力感、吐き気、頭痛。

こうたいおん
• 高体温



ねっちゅうしょう おうきゅうしょち 熱中症の応急処置



すず ばしょ、よこ
涼しい場所で、横になり
ます。



いしき ばあい きゅうきゅうしゃ よ
意識がない場合は救急車を呼
びます。

保護者のみなさまへ

がっこう けんこうしんだん により、所見が認められたお子様には受診勧告書をお渡ししています。受け取

った場合は、できるだけ早めに受診されることをお勧めします。ただし、学校の健康診断は、

しっぺい うたが そうきはっけん そうき てきせつ ちりょう びょうき
疾病の疑いを早期発見し、早期の適切な治療や病気のコントロールにつなげるための「スクリー

ニング検査」です。学校健診で「疾病の疑いあり」であっても、検査設備が整った病院で詳

しい検査をおこなった場合は、「異常なし」と診断されることもあります。ご了承ください。