



元気★元気

子吉小学校 保健室
令和7年7月11日(金)
No.8



ねっちゅうしょう

熱中症にならないために学校でこんなことをしています

がっこう

暑い日が続いています。今週は熱中症警戒アラートも発表されるくらい暑かったですね。

「今年の夏は熱中症にならないぞ!」と全校で気を付けて生活していますので紹介します。



ねっちゅうしょうよほう

熱中症予報 (プレイホール)

今日のあつさ指数をお知らせ!

プレイホールに掲示しています。

朝・長休み前・昼休み前に、測定しています→



ねっちゅうしょうよほう

熱中症予報 (体育館)

熱中症になる危険が高いときは、アラームが鳴ります。

アラームがなったら運動はストップ!

スポーツの練習中も、チェックしてみてくださいね。



外に行くときは、ぼうしを忘れずに

ぼうしは命を守る大切なアイテムです!

登下校中も必ずかぶってくださいね。

毎日忘れずにかぶる子吉っこが増えてきました



暑すぎる日は無理をしない!

環境省から熱中症警戒アラートが発表された時や

あつさ指数が「危険」のときは、室内にしましょう。

グラウンドの赤い旗が目印です!



今日の健康集会で、〇×クイズで熱中症について勉強しました! 健康集会の様子やクイズを出してくれた健康委員会のがんばりを学校ホームページにのせています。ぜひご覧ください。



あつさ指数（WBGT）をチェックしましょう

朝はWBGTチェックを！



熱

中症リスクが高い日が続きますが、一般的に「午前10時から午後3時は暑いから注意」と言われます。しかし気温だけでなく「暑さ指数（WBGT）」を確認することが重要です。

WBGTは、気温・湿度・輻射熱（直射日光などの熱環境）の3つを考慮した熱中症予防が目的の指標で、摂氏度（℃）で表されますが、気温とは異なります。28℃を

超えると熱中症リスクが高くなります。特に幼児は大人よりも暑さの影響を受けやすいため、WBGTが高い日は外出を避けると安心。

昔の人は「太陽の位置」で暑さを予測していましたが、今はデータを活用して、より正確に子どもを守れます。WBGTはアプリや天気予報で発表されています。

チェックして危険な日は外遊びを控えるなどご活用ください。



環境省公式 LINE では、あつさ指数や熱中症警戒アラートをお知らせしてくれます。



7/14（月）はモアレ検査です

期間が短い中でしたが、同意書を提出していただきありがとうございました。

モアレ検査は、秋田県保健事業団の検査技師の皆さんが実施します。

下記をよくお読みになり、準備をお願いいたします。



対象

5年生・昨年度モアレ検査を受けることができなかった6年生

モアレ検査はなぜするの？

脊柱側弯症という背骨がねじれて曲がってしまう病気を、早期発見・早期治療をするためです。この病気の原因は不明ですが、成長期である小学校高学年から中学生に多く発症し、特に女子に多い病気です。

どんな検査なの？



背骨がねじれていると、前屈したときに、背中の高さが左右で異なります。背中や腰に地図のような等高線が映る特殊なレンズのカメラで撮影し、左右の高低差を調べます。痛みはありません。

服装

体育着（半袖・短パン）

髪型

・髪が両肩にかからず、首の後ろ（うなじ）が見えるように結んでください。

＜例＞高い位置でのポニーテールやお団子、2つ結び など

