

ほけん だよ!

No. 4 2021(令和3)年6月

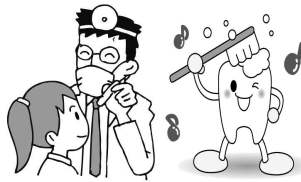
墨田区立第三吾嬬小学校

校長 川中子 登志雄

保健室

ほけんもくひょう 6月の保健目標

は たいせつ
○歯を大切にしよう



☆ 保健室の来室人数がふえています!



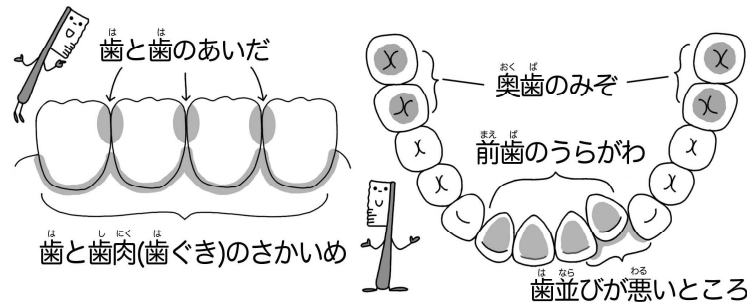
5月の感染症は、水痘(水ぼうそう)2名・溶連菌感染症1名でした。前日の疲れからの体調不良や、家でのけがなどもあり、1日に30人以上保健室へ来室する日もありました。特に、連休明けは、朝から頭痛・腹痛・気持ちが悪くなるなどの体調不良を訴える児童が多くいます。低学年は夜9時台に、高学年も、なるべく10時前に寝るようにしましょう!学校から病院へ行くけがは、歯の打撲1件でしたが、帰宅後に通院するけがが増えていきます。登校時や下校時、習い事の行き帰りなども、時間にゆとりをもち、あわてないようにしてください。梅雨の時期に入りますが、これから日中気温や湿度が高くなる日が多くなります。熱中症予防のため、毎日、朝食から水分・塩分をしっかりと摂り登校しましょう。(パンとお茶や水だけでなく、牛乳やヨーグルト・バナナなどの果物や、やさしいスープ・みそ汁・レモン・梅干しなどもおすすめです)少しずつ、身体を暑さに慣らし、体も心も元気に過ごしましょう!

春の歯科健康診断の結果

6/4~6/10は、歯と口の健康週間です

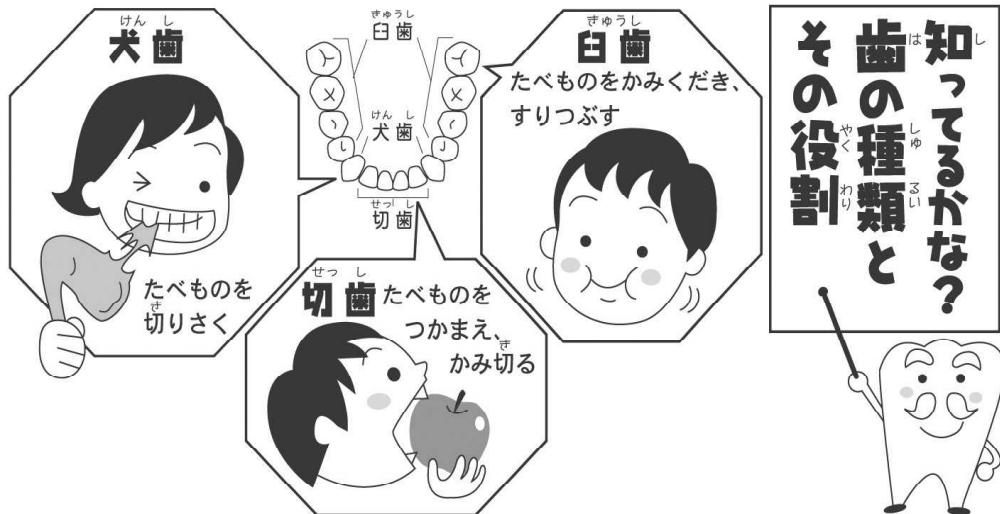
5月21日・25日に行われた健康診断では、537人受診中、むし歯があるとされた児童が115人(昨年は132人)いました。他にも、歯肉炎や歯石、要注意乳歯(ぬいたほうがいい子どもの歯)、要観察歯(むし歯になりかけの歯)、歯のよごれが残っている人など、199人(昨年は235人)がお知らせをもらいました。(お知らせが2つ・3つ重なっている人もいます)むし歯やむし歯になりかけの歯がある人は減りましたが、みがき残しから歯ぐきをはれている(歯肉炎)の人が増えました。用紙をもらった人は、なるべく早く歯科医院で診てもらい、歯みがきの方法も習いましょう!小学生は、大人の歯に生えかわる大切な時期です。奥歯や生え始めの歯は、歯ブラシが届きにくく、むし歯になりやすいので、1日1回は鏡を見ながら1本ずつ、特にねる前の歯みがきをしっかりおこないましょう!低学年の間は、ぜひ保護者の方が仕上げみがきをして、歯や歯肉の様子を確認してください。次回、秋の歯科健康診断は、11月の予定です。

みがき残しやすいところは、ここだよ!



<健康観察表について>

毎日、ご家庭で記入していただいている「健康観察表」は、次回6月28日の水泳期間前から、水泳期間中は、用紙が変更になる予定です。(一昨年度までの、水泳健康カードと兼ねるため)詳しくは、今後の水泳関係の手紙をご覧ください。引き続き、毎日のご家庭での検温とご記入・健康観察の確認をよろしくお願いいたします。



その役割と知ってるかな?

上手に選んで使いましょう

歯ブラシ

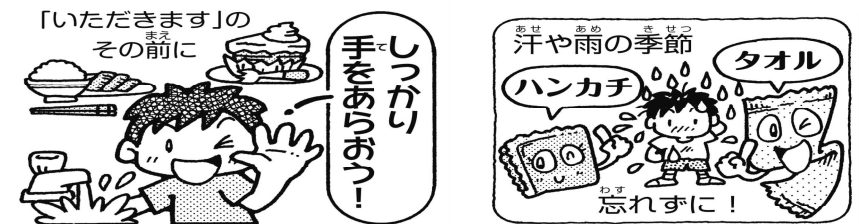
口の大きさや歯並びにあったものを使いましょう。

毛のかたさは「ふつう」で。歯肉が弱い人は「やわらかめ」で。

使い終わったら、水できれいに洗って、乾かしましょう。

毛先が広がってきたら取り替え時です。

New!



6月の保健行事



- 2日(水)眼科健診(5/26欠席者)
- ☆4日(金)水泳前健康調査票提出〆切日 全員提出)
- 10日(木)内科健診(5・6年)13:10~
- 14日(月)内科健診(3・4年)13:10~
- 25日(金)宿泊前健康診断(あわの・5年)13:10~ しおり(検温表)を忘れずに!

* 学校医の先生のご都合や学校行事等により、日程が変更になる場合があります。

