



平成30年6月1日(金)
秦小学校保健室
第3号

おうちの人と一緒に読もう♪

あじさいがきれいに咲く季節になりました。この時期は、ムシムシ暑い日があったり、肌寒い日があったりと、体調を崩しやすくなります。バランスのよい食事や睡眠をしっかりとるなど、生活リズムを整えて、元気に過ごしましょう。



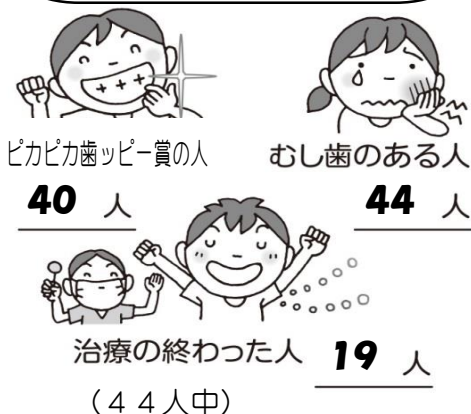
6月4日(月)～6月10日(日)の「歯と口の健康週間」に伴い、秦小学校では、6月を歯と口の健康教育強化月間とし、歯科に関するさまざまな取組を行います。

ご家庭においても、お子さんと一緒にいつもより意識して歯をみがいてみてください。

- 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクールへの応募：1～4年生
- 歯・口の健康啓発標語コンクールへの応募：5・6年生
- 歯科衛生士によるブラッシング指導・・・5月30日(水)に実施しました。
- 歯みがきカレンダーの実施・・・6月1日(金)～6月30日(土) → 7月2日(月)に提出
- 歯みがきテストの実施・・・6月7日(木)～6月14日(木)の間に実施
→ 6月15日(金)に提出
- ピカピカ歯ッピー賞(むし歯・治療した歯ゼロの児童)の表彰・・・40名に賞状を配ります。
- むし歯等の治療が終了した児童にカードを配布
- 児童保健委員会の発表・・・6月12日(火)



歯科健診の結果



むし歯は自然に治ることはありません！

むし歯は自然に治ることがなく、放っておくとどんどん進行していきます。まだむし歯を治療していない人(25人)は、できるだけ早く歯医者で治療してもらいましょう。

～要観察歯「C0」ってなんだろう？～

要観察歯は、まだむし歯ではないけれど、放っておくとむし歯になってしまう可能性のある歯です。要観察歯は、ていねいな歯みがきで改善されます。毎日の歯みがきをていねいにするのを心がけましょう。

○6月の保健行事○

6月21日(木) 第1回学校保健委員会

*PTA本部役員・学年委員の皆様お世話になります。

6月27日(水) 小児生活習慣病予防健診(4年生希望者)



プール学習が はじまります

チェック
&
チェック

前の日までの準備はOK？

☐ つめは切ってありますか？

☐ 耳のそうじをしましたか？

☐ 目、耳、鼻、ひふの病気は治っていますか？

☐ 夜は早めに寝ましたか？

今日は元気にプールに入れるかな？

☐ 朝ごはんを食べましたか？

☐ 健康観察をしましたか？

* 痛いところはありませんか？

* 熱はありませんか？

* 調子の悪いところはありませんか？

プールでうつりやすい病気

- ◆プール熱：39℃前後の熱、喉が痛くなる、目が赤くなるなどの症状があります。
- ◆はやり目：目やにが出る、目が赤くなるなどの症状があります。
- ◆水いぼ：1～3mmくらいの白いイボができます。
- ◆アタマジラミ：髪の毛について、頭の皮膚から血を吸う虫です。長い円のような形をしています。

予防

①プール前後のシャワー、②手洗い・うがい、③タオルの貸し借りをしない、などが大切です。

熱中症に気をつけよう！

真夏の暑い日に熱中症になりやすいですが、暑さになれていないこの時期や梅雨の晴れ間にも熱中症になる可能性があります。

こまめな水分補給や休息、帽子をかぶるなどで予防することができます。

秦小学校でも、子供たちの健康観察を徹底し、熱中症予防に取り組んでいきますので、保護者の皆様のご協力よろしくお願いします。



水筒・汗ふきタオルを持たせてください！

保健室からのお知らせ

- 5月の感染症発生はありませんでした。
- 歯みがきカレンダーを配布しました。「おうちの人から」のところにコメントをお願いします。
- 歯みがきテストについては、後日、お手紙とカラーテスト綿棒を配布します。

