

みんなげんきね

令和4年度 8月号 峰小学校 保健室



ひと
おうちのひと
いっしょ
一緒に読みましょう。

あつ ひが ずっと 続いています。が、げん き なつやす す 元気に夏休みを過ごすことはできましたか？まだ夏休みのままで いたい！と思っている人も夏休みモードだった気持ちを切り替え、『早寝・早起き・朝ごはん』で 学校 の生活リズムに 戻して いけると 良いですね。



生活リズムを整えよう！

ねっちゃんしょう あせたいさく

熱中症&汗対策に！～『濡れタオル』で水分をプラス+++～

汗を拭くとき、どちらのタオルを使っていますか？

濡れ
タオル



乾いた
タオル

実は、
暑い夏には「濡れタオル」が効果的。

あせ ひ しょうはつ からだ ねつ うば
汗は、皮膚から蒸発するとき、体の熱を奪って
体温を下げます。そこに水分が加わると、蒸発
する量が増え、たくさん熱を奪ってくれます。

また、においの原因となる細菌や皮脂も水分が
一緒にからめとってくれるのです。

※びしょ濡れタオルはNG
軽くしぼったタオルを使おう。



蚊が好きな色は何色!?

かゆ〜い！
蚊に刺された！

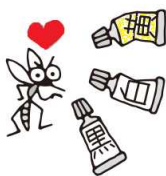
チューチューと血を吸い、
肌をかゆくさせて、みんな
を困らせる“蚊”。

そんな蚊は、ある色の服を着ている子
が大好き。何色かわかりますか？

しろ いろ
白色

きいろ
黄色

くろ いろ
黒色



…正解は「黒色」。蚊がわかるのは「黒」と
「白」の2色だけで、特に黒色が好きなんだと
か。シマウマの黒い模様には蚊がたくさん集まっ
たという実験結果もあるそうです。

服でできる蚊対策！

しろ いろ あか いろ しろ いろ しろ いろ
白色など明るい色の服を着よう

なが そで や なが ズボンで
肌が出る部分を減らそう



☆蚊に刺されたら…



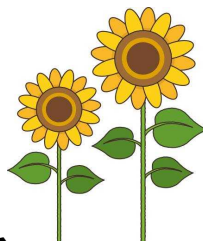
か
掻かない



ど
かゆみ止めをぬる



か
掻かないように
ばんそうこう ほか
絆創膏で保護する





夏休み明けの予定変更について



今年度2回目の歯科検診を夏休み明けに行う予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、下記のとおり予定を変更することとなりました。ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。



○第2回歯科検診について → 中止

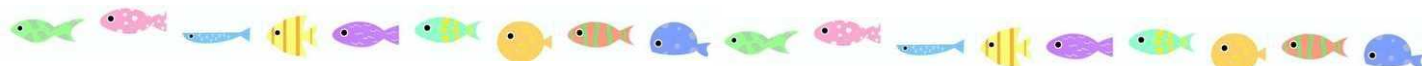
予定していた日付	学年	変更内容
9月 2日(金)	1・3・5年生	・学校歯科医との協議の結果、 今年度は中止 といたします。
9月 6日(火)	2・4・6年生	

★4月の歯科検診で治療勧告の通知を受け取った人は、なるべく早めに受診し歯医者さんに診てもらいましょう。むし歯は自然治癒しません。歯と口の疾患を放置し、悪化すると、健康に悪影響を及ぼすこともあります。また、状態が悪くなる前に治療を始めると、治療期間も短くて済みます。

★口腔内の清潔を保つことは感染症感染予防にもつながります。引き続き、ていねいな歯みがきを心がけましょう。

※峰小むし歯治療率…約37.2% (8/23現在)

※2回目の身体測定は予定通り実施しますので、ご承知おきください。



受診・治療はお済ですか？

4月～6月にかけて行われた定期健康診断の結果、医療機関への受診が必要とされたお子様には、治療勧告の通知をお渡ししています。医療機関を受診しましたら、速やかに治療証明の提出をお願いいたします。

学校での定期健康診断は、飽くまでスクリーニングであるため、医療機関受診の結果、異常なしの場合もございますが、新たに疾患が見つかる場合もございます。お子様のためにも、早期発見・早期治療が行えるよう、よろしくお願いいたします。

また、身体に不調があると、勉強に集中できなかったり、運動をする時に十分力が出せなかったりします。まだ受診がお済みでない方は、早めに受診するようにしましょう。



生理用品を配置しています

昨年度に続き、今年度も宇都宮市の「宇都宮市つながりサポート女性支援事業」の一環として、学校に生理用品の配付がありました。

峰小では、主に5・6年生女子が使用する西校舎3階女子トイレと北校舎3階女子トイレに生理用品を配置しています。必要な児童が必要なときに、生理用品に手が届くよう配置しているものですので、ご自由にお使いください。

