

# ほけんだより 6月

戸祭小学校  
保健室  
令和4年6月号

梅雨の季節となり、じめじめした暑い日が多くなることと思います。天気が変わりやすいこの時期は、体調を崩しやすいので、注意が必要です。また、待ちに待ったプールも始まります。体調を整えて、楽しい学習にしましょう。



## 6月の目標

身の回りをきれいにしよう  
歯を大切にしよう

### 【6月の健康診断予定】

6/3	内科検診	4年	6/14	尿検査2次再	該当者
6/3	尿検査2次	該当者	6/16	耳鼻科検診	全学年
6/10	内科検診	予備日			



全学年、歯科検診が終わりました。

学校医の先生からは、きれいな歯の児童が多かったとお話をいただきました。きれいな歯の子が多い反面、何本もむし歯がある児童もいます。治療は先のばしにせず、早めに歯科医院でみてもらうようにしましょう。

コロナ感染予防のため、教室での歯みがきはしていませんが、昼休みに個人での歯みがきはおすすめています。歯は“一生もの”。大切にしてくださいね。

## その口の中 むし歯菌が大好き!?

歯みがきをていねいにしていない



歯についた  
白いかたまりは、  
ボクたちの家。  
歯みがきなんて...  
簡単でいいよ!

白いかたまりは歯垢とい  
言って、むし歯や歯周  
病の原因になる菌がたくさんい  
ます。水に溶けにくいので、う  
がいだけではダメ。歯みがきで  
きちんと取りのぞきましょう。

おやつをダラダラ食べている



砂糖がたくさん  
入ったおかし。  
ダラダラ食べようよ!

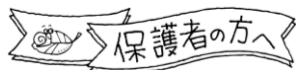
むし歯菌は、ダラダラ  
食べている口の中が大  
好き。食べものに含まれる糖分  
をエサにして酸を作り出し、歯  
を溶かしてしまいます。おやつ  
は時間を決めて食べましょう。

あまりがまずに食べている



だ液がたくさん  
出たら流れちゃう!  
よくかまなくても  
いいよ—

口の中の汚れを洗い流  
してくれるだ液。よく  
かんで食べるたくさん出ます。  
普段からかみ応えのあるものを  
選んで、ひと口30回しっかりか  
みましょう。



昨年度より、感染症に罹患した場合の証明書等の提出の仕方が変わりました。今年度は、昨年度同様の対応になりますので、学校に登校する際には、下記の表を確認し、書類の提出をお願いいたします。

#### 【注意事項】

- ・第三種（その他の感染症）以外の感染症については、これまで同様、医師による証明が必要となります。お子さんが登校する際には、医療機関に記入していただく「治癒証明書」または「意見書」の提出をお願いいたします。
- ・インフルエンザについては、これまで同様、「インフルエンザ経過報告書（保護者記入）」の提出をお願いいたします。
- ・「インフルエンザ経過報告書」・「登校届」につきましては、宇都宮市ホームページまたは戸祭小学校ホームページに掲載しておりますので、印刷してご利用ください。（学校にも用意してありますのでお声掛けください。）

感染症の種類について【参照】学校において予防すべき感染症の解説 日本学校保健会

種類	病名	出席停止期間・提出書類
第一種	エボラ出血熱、 <sup>とうそう</sup> 痘瘡、南米出血熱、ペスト、 クリミア・コンゴ出血熱、マールブルグ病、 急性灰白髄炎（ポリオ）、ラッサ熱、 ジフテリア、重症急性呼吸器症候群（SARS）、 中東呼吸器症候群（MERS）、 特定鳥インフルエンザ、 ※新型コロナウイルス感染症	治癒するまで。 <b>治癒証明書または意見書</b> （医療機関記入）
第二種	インフルエンザ （特定鳥インフルエンザを除く。）	発症した後5日を経過し、かつ 解熱した後2日を経過するまで。 <b>インフルエンザ経過報告書</b> （保護者記入）
	百日咳、麻しん（はしか）、風しん、結核 流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、 水痘（みずぼうそう）、髄膜炎菌性髄膜炎 咽頭結膜熱（プール熱）	学校医その他の医師において感 染のおそれがないと認めるま で。 <b>治癒証明書または意見書</b> （医療機関記入）
第三種	コレラ、細菌性赤痢、腸チフス・パラチフス、 腸管出血性大腸菌感染症、流行性角結膜炎、 急性出血性結膜炎、 その他の感染症	病状により医師が感染の恐れが ないと認めるまで。 <b>治癒証明書または意見書</b> （医療機関記入）
	その他の感染症のうち 溶連菌感染症、手足口病、マイコプラズマ肺炎、伝染 性紅斑（りんご病）、ヘルパンギーナ、 ウイルス性胃腸炎（ノロウイルス、ロタウイルス、ア デノウイルス等）、带状疱疹、 RSウイルス感染症、突発性発疹	学校医その他の医師において感 染のおそれがないと認めるま で。 <b>登校届</b> （保護者記入）