

6月のほけんだより

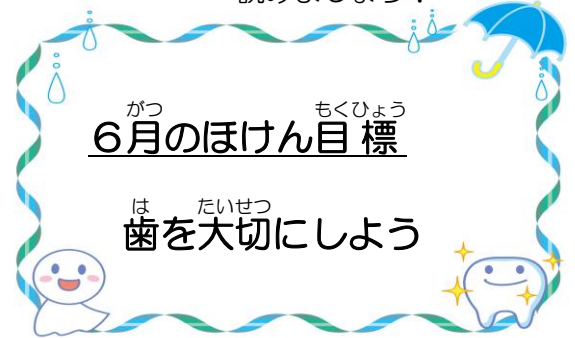
陽光小学校

令和4年度 第3号

おうちの人と一緒に
読みましょう！

もうすぐ梅雨の季節です。蒸し暑かったり、肌寒かったりと、気温の変化が大きい時期です。そのため、衣服で調節したり、汗をかいたらタオルで拭いたりするようにしましょう。

6月からは水泳学習が始まります。プールに入る日は、朝の健康観察をしっかりと行い、元気な状態で登校しましょう。楽しみにしている人が多い水泳学習ですが、安全に実施ができるように体調を整えましょう。



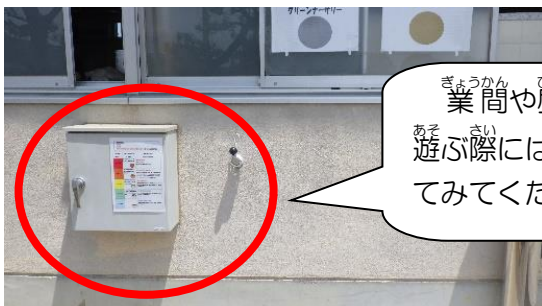
定期健康診断日程予定 (6月の予定)

	月	日	曜日	検査項目	対象学年	準備等
学校 医が 行う 検診	6	2	木	眼科検診	全学年	所見のあった人には「結果のお知らせ」を配付します。
	6	13	月	内科検診	4・5・6年	前日はお風呂に入り、清潔な下着を身に付けましょう。夏用体育着を用意してきてください。所見のあった人には「結果のお知らせ」を配付します。
	6	20	月		1・2・3年	
その 他の 検診	6	22	水	心臓検診	1・4年	調査票の記入をお願いします。当日は、夏用体育着を用意してきてください。

黒球式熱中症計の活用について

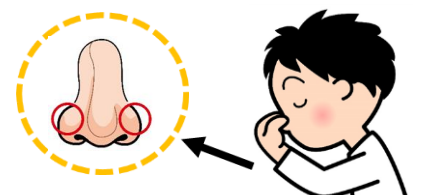


今年度も、本校の熱中症予防対策として、黒球式熱中症計を保健室外の壁と体育館に設置しました。外での活動や体育の際に確認し、熱中症予防のための運動指針（日本スポーツ協会の指針より）に基づいて、活動を制限したり、こまめな水分補給や休息をとったりするなどの予防対策を図っています。



暑くなってきて、『鼻血』による来室が増えてきました…

鼻血により、来室する際に、正しく手当ができていない児童が多くみられます。また、ティッシュを持っていない児童もみられます。急に鼻血が出たときのためにも、ティッシュは毎日身に着けるようにしましょう。手を拭くためのハンカチも忘れずに！



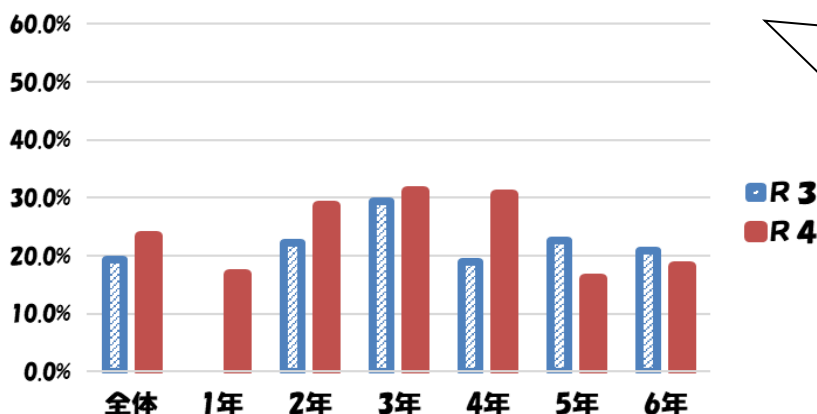
下を向いて、鼻の両側の小鼻をつよくつまんで止血します。



6月4日～10日は「**歯と口の健康週間**」です。
 歯は食べ物をかみくだいたり、発音を助けたり、表情をつくったりなどたくさん役があります。ただし歯を予防するだけではなく、歯と口の健康を守って、年をとってもずっと健康に過ごせる体をつくりましょう。
 全学年の歯科検診が終わりました。検診後、むし歯があった人は、早めに医療機関を受診するようにお願いします。

～むし歯0をめざそう～

むし歯のある人の割合（学年別）



☆**学校全体で**
むし歯のある人は、
23.5% (73人) でした。
 ※昨年度は、19.4% (64人)
 ★むし歯の治療率は、
13.7% (10人) です。
 ※R4. 5月31日現在

去年よりむし歯の人が増え、治療していた歯がむし歯になっていたり、新たにむし歯ができてしまったりした人がいました。むし歯を予防するためには、毎日の正しい歯みがきの習慣が大切です。

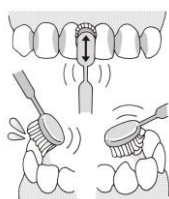
保護者の方へ ～陽光小 歯みがきタイムの再開について～

新型コロナウイルス感染症の拡大により、中止していた給食後の歯みがきですが、7月4日（月）から再開します。再開に当たっては、陽光小「新型コロナウイルス感染防止対策」にあるように、感染対策を図りながら実施していきます。そのため、歯ブラシコップのご準備をお願いいたします。

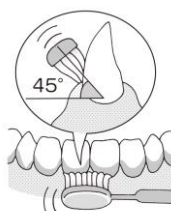
【感染防止対策について】※感染状況に応じて、中止する際には、児童を通じてお知らせいたします。

- ① 歯みがきをする際には、席につき、おしゃべりはしない。
- ② 口を結んだ状態で磨くようにし、前歯のうらをみがくときは、口を手でおおってみがく。
- ③ 水道前では、間隔をとって静かに並ぶ。
- ④ 口をゆすぎ、はき出だすときには、低い姿勢でゆっくりとはき出す。

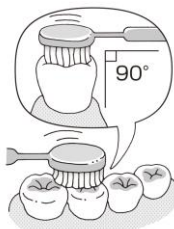
ここに気をつけてみがこう！



歯と歯のあいだ



歯と歯ぐきのさかいめ



おく歯のみぞ

歯周病の原因になる歯垢をしっかりと落とすことが予防の第一歩になります。今回の歯科検診で、歯垢があった人が何人かいました。みがき残しのないように1本ずついねいにみがきましょう。