

ほけんだより 6月

れいわ ねん がつ にち
令和6年5月30日
ひさまと がっこう
久本小学校
だい ごう ほけんしつ
第3号 保健室

ほごしやよう
保護者用

6月になり、朝晩は肌寒いなど感じる日もあり体調を崩しやすい時期になりました。衣服の調節や水分補給を心がけて、体調管理につきましても引き続きご家庭で様子を見ていただければと思います。

また、保健室では頭痛を起こす児童も多く感じます。天気が悪い時など気圧の変化等で症状がでていることもあるようです。繰り返しの頭痛を起こしやすい場合は一度病院で相談するとよいと思います。

は なぜ、歯みがきがたいせつなのかな？

● 食べもののカスをとりのぞく！

ものを食べたあとは、歯と歯のあいだやおく歯のみぞなどに食べもののカスがのこります。しこう(プラーク)ができるものになるので、とりのぞくことがたいせつです！

● 「しこう」をとりのぞく！

食べもののカスのとうしつからミュータンスキンがつくる歯垢は、むし歯やしゆうびょうのげんいんになります。「しこう」はねばねばしていて、うがいで取れないので、歯みがきでとりのぞきます。

● かるい「しにくえん」をなおす！

軽い「しにくえん」の場合、歯みがきで「しこう」をていねいに落とすことで、なおすことができます。歯ぶらの毛さきを歯にしっかりあてて、みがきのこしがないようにしましょう。

みゅーたんす ミュータンスキンはこんなことをする！

口のなかにいる、ミュータンスキンは歯にしているエサを見つけます

ミュータンスキンはエサを見つけ喜んでいきます

たくさん集まってきて、歯をとかそうします(酸)

放っておくと、歯が溶けてしまって、そのままにしておくと穴があいてむし歯になってしまいます。

けんこうしんだんじっしちゆう 健康診断実施中!

すでに終わった検査もありますが、6月末まで健康診断が続きます。

また、検査結果を知ることでお子さんには自分のからだのすることを知るきっかけになります。自分のからだを知るとはとても大切なことです。

本校の校医に診ていただく検査について欠席をした場合については、6月30日までに学校医の病院へ保護者引率のもと、受診をお願いしております。強制ではありませんが、健康状態を把握するためにも受診をお勧めいたします。対象の方にはお

ないかけんしん 内科検診

内科校医より四肢の状態を診ていただいた結果「脊柱異常」という項目で結果のお知らせをお渡しすることがあります。川崎市で診ていただける病院の一覧も一緒にお渡しします。

じびかけんしん 耳鼻科検診

結果のお知らせで「難聴の疑い」となっているものは、聴力検査にて規定の音が聞き取れなかった場合にお渡ししています。学校健診では「1000Hz30dB」と「4000Hz25dB」が聞き取れる場合が異常なしとなります。

がんかけんしん 眼科検診

眼科検診の前に視力検査が実施されますが、視力検査で「1.0可」以下の結果の場合には、眼科検診終了後に結果のお知らせをお渡しします。(受診する際に視力検査の結果と眼科検診の結果を一緒にするためです)

しかけんしん 歯科検診

歯科検診の結果につきましては、異常があってもなくても「結果のお知らせ」をお渡しします。内容をご確認ください。

ほけんしつのはなし

5月は、健康診断が盛りだくさんでした。いつもと違う流れでも、みんなルールを守ろうとしてとても頑張っていました。廊下で待っているときにも静かに待つことができたり、見てもらう前に、しっかりと自分の名前を言うことができていました。どの学年も素晴らしかったです。ぜひ続けてほしいなと思いました。とくに1年生は初めてのことが多い中で先生の話聞き、静かに待つことができていたことがすてきでした。

4月から少しずつできていくことが増えてきているようで嬉しく思います。様々な場面で、みなさんの頑張る姿を楽しみにしています。

6月のけんこうしんだん

日にち	学年	検査すること
6月3日(月)	3年	ないかけんしん 内科検診
6月4日(火)	全学年	しかけんしん 歯科検診
6月10日(月)	1年	しんぞうびょうけんしん 心臓病検診

しきかくけんさ 色覚検査について

希望者を対象にした色覚の検査を行っています。

検査結果は保護者にお知らせします。

ご希望の方は、連絡帳を通して担任へお知らせください。