

すまいる

ほけんだより
古保利小学校 保健室
R3.5.31 Vol.4

むしはよぼうひ 6月4日は虫歯予防の日

6月4日は、6(む)と4(し)にちなんで、「虫歯予防の日」とされています。普段からしっかりと歯みがきを行い、虫歯〇を目指しましょう。4月の歯科検診では、個別にアドバイスを受けている人について、自分の歯の様子を知ることで、歯や口の健康について考えるよい機会となりました。事前に行つた『歯科保健調査』にて、特に回答が多かった項目や、質問があった内容について学校医の兜梨恵先生にご回答いただきました。

●歯並びが気になる

A. 習慣的、遺伝的要因が考えられますので、早期治療をお勧めです。成長期に合わせて矯正を行った方が、より高い治療効果が現れます。また、歯を抜かずに治療ができる可能性が広がります。



●口のにおいが気になる

A. においの原因は舌苔と歯垢によるものが大きいです。

舌苔は歯ブラシで軽く舌をなでるか、ガーゼで拭うことである程度除去できます。歯ブラシでゴシゴシこすると逆に舌を傷つてしまいう原因になります。
歯垢は自宅での歯磨きに加え、定期的に歯科医院で清掃していただくと除去でき、口臭予防につながりますのでお勧めします。

健康診断の結果を返却しました

1学期に実施した健康診断の結果をお返しいたしました。受診が必要なお子さんには、受診のおすすめをお渡ししていますので、受診された場合は「受診結果報告書」を学校までご提出ください。



梅雨のさせつのすごしおかた

△けがや事故にちゅうい…あめろうかかいだんすへかさ
△気温の差にちゅうい…あつさむきおんふあんてい
△上着で体温調節をしましょう。



△気温の差にちゅうい…暑かったり寒かったりと気温が不安定です。

△上着で体温調節をしましょう。

けんこうかんさつ すいえい 健康観察・水泳チェックカードについて

新型コロナウイルス感染症対策として、毎日家庭で健康観察をしてもらっています。6月からは、

水泳の授業がはじまることもあり、健康観察カードに水泳の授業に関するチェック項目が増えています。

記入漏れや保護者の方のサイン忘れがあると、水泳における運動の学習は見学していただくこと

になりますので、記入例をよく確認し、チェックを行っていただくようお願いします。

健康観察・水泳チェックカード 6月				年 番 なまえ																																		
<p>★毎日お家の人と一緒に健康観察をし、体調が悪いときは無理をせず、家で休みましょう。</p> <p>★登校したら、このカードを学校に提出してください。休日も同じようにチェックし、家族全員で体調管理をしましょう。</p> <p>★必ず保護者の方がサインしてください。<u>サインのない場合は、水泳における運動の学習は見学していただきますのでご了承ください。</u></p>				<p>この健康観察カードは月末に回収し、1か月保管します。</p>																																		
<p>【記入例】</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>月日</th> <th>曜日</th> <th>朝の体温</th> <th>朝食</th> <th>昨日夜ねた時刻</th> <th>体調</th> <th>保護者の意向</th> <th>水泳の実施(担任記入欄)</th> <th>家体の調人のサイン</th> <th>サイン</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>6月14日</td> <td>月</td> <td>36.5 ℃</td> <td>○</td> <td>9時 00分</td> <td>○</td> <td>可・否</td> <td>実施・見学・中止</td> <td>○</td> <td></td> </tr> <tr> <td>6月15日</td> <td>火</td> <td>36.8 ℃</td> <td>×</td> <td>10時 30分</td> <td>咳、目のかゆみ</td> <td>可・否</td> <td>実施・見学・中止</td> <td>頭痛</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>				月日	曜日	朝の体温	朝食	昨日夜ねた時刻	体調	保護者の意向	水泳の実施(担任記入欄)	家体の調人のサイン	サイン	6月14日	月	36.5 ℃	○	9時 00分	○	可・否	実施・見学・中止	○		6月15日	火	36.8 ℃	×	10時 30分	咳、目のかゆみ	可・否	実施・見学・中止	頭痛		<p>水泳授業の予定がある日のみ記入してください。</p> <p>同居している家族の方で、症状がみられる場合は記入してください。</p> <p>印鑑ではなくサインでお願いします。</p>				
月日	曜日	朝の体温	朝食	昨日夜ねた時刻	体調	保護者の意向	水泳の実施(担任記入欄)	家体の調人のサイン	サイン																													
6月14日	月	36.5 ℃	○	9時 00分	○	可・否	実施・見学・中止	○																														
6月15日	火	36.8 ℃	×	10時 30分	咳、目のかゆみ	可・否	実施・見学・中止	頭痛																														

★古保利小 熱中症対策について★

1. 飲み物の持参について

熱中症対策として、お茶の持参をお願いします。※ペットボトルに入れて持参される場合、凍らさないようお願いします。(凍っていると飲みたいときに飲めない可能性があるため)

※お茶は麦茶・ほうじ茶がおすすめです。(ほうじ茶には殺菌作用があります)

スポーツ飲料の持参については、頃合いを見てお知らせさせていただきます。

2. 登下校のマスク着用について

登下校中、熱中症が心配される場合はマスクを外して登校していただきてもかまいません。

※校舎内ではマスク着用となっていますので、忘れないように持たせてください。



3. 冷房の稼働について

冷房稼働時には、常に窓を開け換気を行います。体温調節ができるよう、羽織るものを持たせてください。



4. 帽子の着用について

外で活動する際は必ず赤白帽子をかぶることとなっています。

体育がない日でも赤白帽子を持たせていただきますようお願いします。