

ほけんだより 6月

令和4年 6月1日
新開小学校 保健室

あつ ひ すず ひ い ま きせつ ころから ちようし くす
暑い日と涼しい日が入り混じる季節になりました。心や体の調子を崩しやすいので、いつも
ちが かん ちが かん
と違うと感じたら、まずは早めに寝ましょう。朝から具合の悪い日は、学校で1日過ごせない
ようであれば、おうちの人と相談して家でゆっくり休みましょう。



がつ は くち けんこうげっかん
さて、6月は・・・**歯と口の健康月間**です。

はいしゃ けんしん は くち なか せいけつ き
歯医者さんの健診もあるので、いつもより歯と口の中の清潔に気をつけましょう。

は くち けんこう かん すが 歯・口の健康に関する図画・ポスター

コンクールに出展しました。

選ばれた作品は6点です。

○1年1組

かねこみゆ つるさわてる
金子心柚さん ・ 鶴澤輝さん

まるやまみずき
丸山瑞季さん

○1年2組

あおきほむ すみやしたかひこ
青木穂武さん 住吉孝彦さん

のぐちりんたろう
野口鈴太郎さん



は がつがっこうぎょうじ 「歯」にかかわる6月学校行事

◆ しかけんしん がつ にち もく
歯科健診 6月23日(木)

◆ は
歯みがきテスト(カラーテスト)

がつよか とうか きん
6月4日(土)から10日(金)

～は くち けんこうしゅうかん
～歯と口の健康週間です～

※かてい じっし
※家庭で実施します。

◆ ぜんこくしょうがくせい は たいかい
全国小学生歯みがき大会

5ねんせいさんか きょうしつ どうが
5年生参加 ※教室で動画をみます。



は ぼ 歯みがきで むし歯をなくす バイバイキン



は くち けんこう けいぱつ こんくわーる (標語)
歯と口の健康啓発コンクール(標語)

ほんこうだいのようさくひん ねん くみ さとうりょうま
本校代表作品 5年2組 佐藤亮馬さん

◆ プール開きは6月14日(火) ◆

～たいちようかんり
～体調管理はできていますか?～

□ あさ けんおん わす じっし はつねつ
朝の検温を忘れずに実施し、発熱が
みられたら、おうちできゅうよう
見られたら、おうちで休養しましょう。

□ め はな みみ けんさ いじょう
目や鼻・耳の検査で異常があったひとは、
かなら びょういん じゅしん
必ず、病院を受診してください。

□ プールで他の人に移す病気がある場合には、
なほ はい
治るまでプールに入れません。

ねっちゅうしょう き 熱中症に気をつけましょう

ねっちゅうしょう かんきょう じょうけん あつ
熱中症は、①環境条件と②暑さに
つよ からだ
強い体であるかどうかで、防げます。

① きおん しつど ふくしゃねつ きりゅう
気温、湿度、輻射熱、気流

がっこう あつ しすう
学校では、暑さ指数(WBGT)を
はかりながら注意を呼びかけます。

② あせ からだ
汗をかける体

うんどう しゅうかん あせ
運動をする習慣、汗をかくことをする

あせ すいぶんえんぶん
汗をかいたら水分塩分

と
を取りましょう。



★ からだ ねつ ほけんしつ
★ 体に熱がこもったら保健室へ



- 春の定期健康診断**は、身体計測、内科、視力検査、眼科、聴力検査、耳鼻科（6月1日）を終えました。ご協力ありがとうございました。実施日または翌日に**健康診断結果のお知らせ**（受診勧告）を児童に配付しています。医療機関を受診後は、医療機関の発行した受診報告書を学校まで提出してください。その他、ご不明な点は、保健室までお問い合わせください。

【参考；本校の視力検査結果（人数）】

右・左どちらかの視力	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
A・B	2	1	2		4	1
A・C	2	1		2	2	3
A・D						1
B・B	2		2			2
B・C		2	4	2	3	3
B・D						
C・C	1	5	3	2	8	7
C・D	1	2	1	2	8	7
D・D	1	1	3	4	4	4
人数計	9	12	15	12	29	28
対検眼者数(%)	24.3	23.1	36.0	24.0	45.0	50.0
眼鏡装着	2	2	3	7	11	12

※A=1.0以上 B=0.9~0.7 C=0.6~0.3 D=0.3未満

- 学校でのけが等**には、スポーツ振興センターの災害共済を活用します。原則、さいたま市子育て支援は使用できません。医療機関でご記入いただく専用書類をお渡ししますので、担任または保健室までご連絡ください。
- 歯みがきテスト**をご家庭で実施してください。詳細は、別紙です。よろしくお願いします。



●**歯周病のチェックリスト**●



歯周病の入り口段階である「歯肉炎」は自分で治せる病気です。歯肉炎は歯みがきで予防できますので、下のチェック項目を確認するとともに、正しい歯みがきを身に付けることも大切です。3つ以上当てはまったら歯科医院受診を！（さいたま市歯科衛生士情報の転用）

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 歯をみがくと歯肉から出血する | <input type="checkbox"/> 歯肉を押すと膿うみが出る |
| <input type="checkbox"/> 歯肉が赤く、暗紫色になっている | <input type="checkbox"/> いつも口臭がある |
| <input type="checkbox"/> 歯垢や歯石がついている | <input type="checkbox"/> 食べ物が歯と歯の間につまる |
| <input type="checkbox"/> 朝起きたとき、口の中がネバネバしている | <input type="checkbox"/> 硬いものが食べられない |
| <input type="checkbox"/> 歯肉を押すと痛んだりむずかゆい | <input type="checkbox"/> 歯ぎしりやくいしばるくせがある |