

ほけんだより

令和3年 6月2日 綾瀬小学校 保健室

むし暑い日が増えてきました。気圧の変化で体調が悪くなる児童にとっては辛い時期ですね。規則正しい生活と、常備薬の確認をしましょう。1時間、横になるとラクになることがあります。無理をしすぎないで、辛いときは保健室に来てくださいね。

歯科検診の結果 むし歯（乳歯＋永久歯）

	検査人数	むし歯のある人数（割合）
1年生	78	24（31％）
2年生	71	14（20％）
3年生	84	40（48％）
4年生	75	11（15％）
5年生	82	20（24％）
6年生	79	9（11％）
合計	469	118（25％）

3年生が最も、むし歯のある人の割合が高いです。

早めの治療をお願いします。

☆守ってあげてね 6歳臼歯☆

前歯から数えて6番目の歯。6歳頃生えてくるので「6歳臼歯」とも呼ばれています。完全にはえるまで、約1年かかります。それまでは他の歯よりも背が低いので、歯ブラシが届きにくいのです。上手にみがくにはコツが必要です。

☆6歳臼歯のみがきかた☆

✕ まっすぐ歯ブラシを入れると届きません。

○歯ブラシを真横から入れて、6歳臼歯1本を狙いうち。小刻みにみがきましょう。

6月4日～10日は 歯・口の健康週間

①歯みがきカレンダー ②歯垢染めだしテスト（歯ッピーファイルに記入）
後日、お手紙を配布しますので、上記2点についてご家庭での取り組みをお願いいたします。提出日は11日（金）です。

プールに入っているの？ ～皮膚の病気編 保護者の方へ～

6月15日はプール開きです。感染対策をとって、安心・安全を第一に進めていきます。コロナ以外にもプールでは気を付けたい病気があります。

とびひ

治るまで入れません。プールの水でうつることはありませんが、他の人と触れると悪化したり、うつしたりすることがあるためです。

疥癬

治療を始めていればプールに入れます（ただ角化型疥癬は感染力が強いため外出を控えます）。

アタマジラミ

治療を始めていればプールに入れます。でもタオルや帽子の貸し借りはやめましょう。

水いぼ

プールの水ではうつらないので、入ってもいいです。でもタオルやビート板の共有はやめましょう。プールの後はシャワーできれいにしましょう。

～保健室からのお知らせ～

暑さ指数基準値（WBGT）	暑さの危険度	注意事項
31℃以上	中止	高齢者や子どもは特に運動は中止し、外出をできるだけ避ける。
28～31℃	厳重警戒	10～20分おきに休憩をとり、水分・塩分の補給を行う。畑では、収穫や草むしりなどの中程度の作業までにする。
25～28℃	警戒	激しい運動では30分おきに休憩を取り、適度に水分・塩分の補給を行う。畑では、収穫や草むしりなどの中程度の作業までにする。
21～25℃	注意	熱中症の兆候に注意する。運動の合間に積極的に水分・塩分の補給を行う。畑では、熱中症に注意しながらシャベルを使ったり、草刈などの激しい作業は行う。
21℃未満	ほぼ安全	通常では熱中症の危険が少ないが、運動などする場合には、体調管理に注意し行う。

熱中症対策として『暑さ指数』を学校では活用しています。体育館と校庭で熱中症計を使用してWBGT値を測定し、児童と先生方に注意喚起の放送をいれることがあります。また、運動時のマスクの着用については、適宜はすように声掛けをしています。保健室では、熱中症が疑われた場合、経口補水液を飲ませたり、脇や首の太い動脈を冷やしたりして安静に過ごしています。感染対策も大事ですが、熱中症にも気を付けたいと思っています。ご家庭では、①朝ごはんの時に必ず水分も摂らせること。②早く寝て体調を整えること。この2点にご配慮ください。