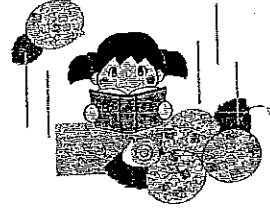


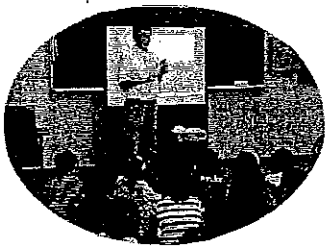
ほげんだより No.2

厚木市立高尾小学校 保健室 平成29年6月28日

本格的な梅雨となりました。ジメジメとむし暑い日が多く、体調をくずしている子が多くなっています。溶連菌感染症と診断されたとの報告も増えているので、のどの痛み、発熱がある時は早めの受診をおすすめします!!



歯の衛生 月間のとりくみより



6月は、歯の衛生月間として、全学年で歯科保健の学習をしたり、給食後のはみがきの徹底を呼びかけたりしています。5年生では、公益財団法人ライオン歯科衛生研究所が主催する「全国小学生はみがき大会」に参加しました。6年生では、学校歯科医志賀先生の歯科講話を毎年聞き、4年生は栄養工飯谷先生から「かむことの大切さ」について、

1・2・3年生は養護教諭近藤が正しい歯のみがき方を中心にお話しをしています。小学生のうちから、**口の中の健康が全身の健康に影響する**ことを学ぶことで自らすすんで歯をみがいたり、よくかんで食べたりできるようになってくれることを願っています。ご家庭でも、ぜひ話題にしてほしいと思います。

6月1日に実施した歯科検診の結果をみると、むし歯保有率は31.5%と市の統計結果25.8%（平成27年度）を大きく上まわっています。特に低学年の保有率が高いので、これからの生え変わりの時期に永久歯をむし歯にしてしまわないように、ていねいにはみがきをできるようにしてほしいですね。歯垢が残っている、歯肉炎がある率も高いので、夜だけでも「しめげみがき」をしてあげると安心ですね。一生使う歯を今から大切にしてほしいと思います。

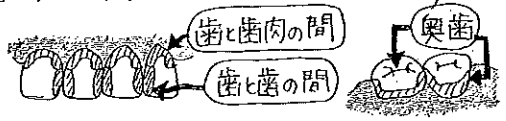
＜むし歯保有者＞

1年	24人	38.7%
2年	21人	38.9%
3年	16人	32.0%
4年	16人	33.3%
5年	14人	30.4%
6年	9人	15.8%
合計	100人	31.5%

＜全校の口腔の状態＞

歯列・咬合	軽い異常あり	72人	22.70%
	異常あり	38人	12%
歯垢	みがき残しあり	144人	45.40%
	歯垢が多く要受診	39人	12.30%
歯肉	軽い炎症あり	53人	16.70%
	歯肉炎あり要受診	14人	4.40%
歯石あり	51人	16%	

みがき残しの多いところをていねいに!



汗をたくさんかく生活で健康に!



エアコンが全教室につきました。学習効率をあげる、熱中症対策などのためにはとてもうれしいことです。でも快適な生活に甘んじて汗をかかないで育てると熱中症になりやすい、低体温になり集中力が続かなくなったり、カゼをひきやすくなる、アレルギー体質になる等の弊害が出るともいわれています。

上手に汗をかくためのトレーニングをしよう!

体温調節ができる人の汗は、サラサラしていてくさくさな汗に比べて、子どものうちに汗腺機能をためましょう!



ハンカチ・タオルを毎日持たせてください!

汗をかいてそのまま授業に戻る人や、トイレの後手を洗ったらパッパと水をろう下に払っている人が多く気になっています。登校前に「ハンカチを持た?」の声かけをお願いします。
* 落し物も多いので記名も忘れずにしてくださいね!

肌トラブルが増えています!!

虫さされによる腫れ、とびひ、水いぼ、湿疹など、肌のかゆみを訴えての来室がこの時期は多くなります。かゆみは子どもにとり耐えがたいもので、がまんできずにかきむしりすぐに悪化します。早めに皮膚科で適切な対処をもらうようにお願いします。



子どもに多い肌トラブル。虫さされ・あせも・じんましん・かぶれ(接触皮膚炎)・アトピー性皮膚炎・とびひ・水いぼ・頭ジラミ
→時々ケックを!

4月から実施してきた定期健康診断が終わりました。これまで保健調査票や問診票等の提出をはじめ、さまざまなご協力をいただき、ありがとうございました。受診のおすすめが届いていまだら、早めに受診し報告書にてお知らせください。すべての結果は7月上旬に健康手帳長にて報告いたしますので、ぜひお子さんと一緒に、身体のこと、健康な生活等についてお話ししてほしいと思います!

