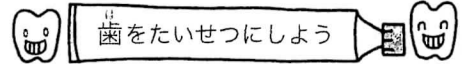


平成27年 6月 5日
練馬区立開進第四小学校
No.3 家庭数配布

《6月の保健目標》
歯を大切にしよう！
梅雨時の健康に
気をつけよう！

6月は梅雨の季節。湿度が高く蒸し暑くて、気分が
優れなかったり、体調が悪くなったりする人もいます。
体調管理をしっかりして、元気に梅雨を乗り切りましょう。

6月4日～10日は 歯と口の健康週間！



子供のむし歯は減少傾向にありますが、最近では歯肉炎が増加していると言われて
います。いずれも原因は歯垢です。「毎日ていねいにみがく」が予防対策となります。
学校では流しの配置や蛇口の数の問題から給食後に歯みがきタイムを設けて全校で歯
みがきに取り組むことはできませんが、食後のブクブクうがいを呼びかけていきます。
ご家庭では朝晩の歯みがきを！習慣にしていきましょう。まずは歯から・・・、「自分の
健康は自分で守る」という意識を育てたいですね。



 <p>えんぴつを持つように 力が入りすぎない 持ち方をします。</p>	 <p>小さく、細かく動かして みがきます。</p>	 <p>1本1本ていねいに みがきます。 1本ずつていねいに！</p>
--	--	--

よい歯バッチが届きました！！

4月の歯科検診でむし歯のあった子は、治療が済んでいるでしょうか？

歯科検診で「むし歯なし」と診断された子、早期に「むし歯を治した」という子に、
よい歯バッチを配ります。今年度の配布は6月30日です。「むし歯あり」だった子も
まだ間に合います。むし歯は放っておいても治りません。早く歯医者さんへ行きまし
ょう。今年のよい歯バッチは何色か？ どんなバッチか？ お楽しみに・・・！

6月16日から水泳指導がはじまります！！

子供たちは水遊びが大好きです。しかし学校の水泳指導はただ楽しい水遊びではあ
りません。学年に応じたためあてやきまりがあります。安全で楽しい水泳の時間となる
ように、各自が自分の健康とルールを守る気持ちをもつことが大切です。入水するこ
とで体調を崩したり、他人に病気をうつしてしまったり、'命'の危険が伴うもので
もあります。空腹や睡眠不足の状態での参加はやめましょう。

お子さんの健康管理、朝の健康観察をお願いします。

耳鼻科・眼科の受診報告書の提出も忘れずに！
子どもたちが楽しく水泳の学習に取り組めるよう
ご家庭でも応援ご協力をお願いいたします。



ご協力、ありがとうございました。

4月からの定期健康診断は、ほぼ終了しました。提出物の記入、提出期日厳守等、ご協力ありがとうございました。定期健康診断の結果（精密検査結果除く）ができましたので、お知らせいたします。

健康カードを配ります！

健康診断の記録

	年齢(才)	6
	年度	27
①	身長(cm)	122・3
	体重(kg)	22・8
	座高(cm)	68・1
	栄養状態	
	脊柱	
	胸郭	
	皮膚疾患	
	心臓の疾患及び異常	
②	尿蛋白	
	尿糖	
	尿潜血	
③	視力 右	A ()
	視力 左	A ()
		A (1.0以上) B
	眼の疾患及び異常	
④	聴力 右	
	聴力 左	
	耳鼻咽喉科疾患	
	歯むし歯	あり・なし
	口腔の疾患及び異常	
	その他	
	斜線は異常なしで、 寄生虫卵・結核に	
⑤	保護者印	1年

下の〈健康診断カードの見方〉を参考にしてください。ご不明なところがありましたら、保健室までご連絡ください。

〈健康診断カードの見方〉

- ①身長、体重の値を肥満度計算図・成長曲線に印をつけて、お子さんの成長の度合・バランスを確認してください。成長（身長）曲線をつくり、下向きになっている、または標準偏差値以下が続いている〔低身長傾向にある〕など心配な方はご相談ください。
- ②尿検査の結果欄は、一次検査の結果が記入されています。二次検査以降の結果は別紙にて通知済みです。
- ③視力「B」「C」「D」の児童には、検査結果のお知らせを配布しました。成長期の体の変化は早く、視力が急激に低下することがあります。ご家庭でもお子さんの様子を見ていただき、定期的に経過観察をしてください。（ ）は眼鏡使用時の視力です。
- ④聴力・・・校内検査で4000Hz25db・1000Hz30dbのどちらか、または両方の音に聞こえづらい反応があった場合に○印が付いています。
- ⑤保護者の確認印をお願いします。
※脊柱・眼科・耳鼻科・歯科については校医による健診結果をお知らせしています。
※健康カードには定期健康診断（一次）の結果のみ記入しています。受診結果や治療済みについては記入されていません。
※未健診のものについては「欠」と記入されています。
「受診のおすすめ」が届いていると思いますので、早くに受診し、結果を報告してください。

※健康カードは 6/12(金)迄に担任へ返却してください。

保健室からのおねがい

- ・汗の季節です。汗ふきタオルを持たせてください。
- ・アタマジラミの報告がありました。お子さんの頭髪チェックをお願いします。時々お子さんの洗髪の様子も見てあげてください。
- ・溶連菌感染症、流行性耳下腺炎（おたふく）、伝染性紅斑の感染症がでています。お子さんの急な発熱、皮膚の様子等、健康観察をお願いします。