

ほけんだより

みんなげんき！6月

平成29年6月13日
練馬区立向山小学校

梅雨に入り、不安定な気候が続いています。体調を崩しやすい季節ですが、向山小でも発熱や腹痛・下痢などの体調不良での欠席や、保健室への来室が増えています。感染性胃腸炎、流行性耳下腺炎などの報告もあります。調子のよくないときは、家で少し休養して様子を見るなど、いつもよりさらに丁寧な朝の健康観察をお願いします。

6月の保健目標

歯を大切にしよう。

「よい歯バッチ」おめでとう

今年（ことし）は429人（86.1%）の児童が、歯科健診の時（とき）にう歯（うし）がありませんでした。健診時（けんしんとき）にう歯（うし）がなかった児童（じどう）と、健診後（けんしんご）にう歯（うし）を治（なお）して受診報告書（じゆしんほうこくしよ）を提出（ていしゆつ）した児童（じどう）合わせて466人（93.6%）へ、「よい歯バッチ」を配布（はいふ）しました。12月（じゆげつ）までに受診報告書（じゆしんほうこくしよ）を提出（ていしゆつ）した児童（じどう）へも配布（はいふ）します。なるべく早く（はや）う歯（うし）を治療（ちりよう）しましょう。（人）

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
う歯なし	52	50	58	48	55	52
処置完了(健診時)	14	15	26	29	24	6
処置完了(健診後)	10	7	8	9	1	2
計	76 (93.8%)	72 (91.1%)	92 (96.8%)	86 (93.5%)	80 (95.2%)	60 (89.6%)

よくかんで食べよう 歯も・口も・体も健康に!!



「かむとつかれるし、めんどくさい」「口（くち）に入（い）れたら、あとはどう食（た）べてもいいっしょじゃないの?」と思（おも）っていませんか。よくかんで食（た）べると、体（からだ）にとっていいことがたくさんあります!

◎あごがきたえられる!
⇒歯（は）や歯（は）ぐきもじょうぶになります

◎だ液（えき）がたくさん出（で）る!
⇒むし歯（ば）の予（よ）防（ぼう）にもつながります

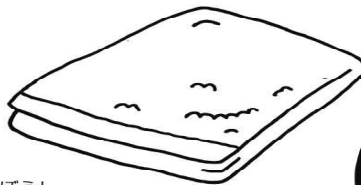
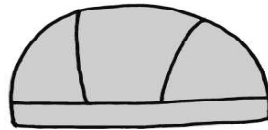
◎食（た）べもの消（しょう）化（か）しやすくなる!
⇒胃（い）や腸（ちよう）のはたらきをたすけます

たとえば、食（た）べもの口（くち）に入（い）れたら、いったんおはしやフォークをおき、ゆっくりかむようにしてみるといいかもしれません。また、よくかむためには、むし歯（ば）など歯（は）・口（くち）の病（びょう）気（き）があるとむずかしいですね。早（はや）めになおして、よくかむ食（じよくせい）生活（かつ）をはじめましょう!



「うつさない」と 「うつらない」のために

☆お風呂で体(とくに頭)を
しっかりあらおう



☆帽子やタオルなどの
かしかりをしない

☆おうちの人にときどき
チェックしてもらおう



保護者の方へ

～健康診断結果と学びについて～

4月から実施してきた定期健康診断も、おかげさまでほぼ終了しました。保護者のみなさまには、保健調査票など種々の書類作成・提出をはじめ、さまざまな面からご協力いただき、誠にありがとうございました。

健康診断の結果から、受診が必要とされたお子さんには「治療(受診)のお知らせ」をそれぞれ項目ごとにお渡ししています。受け取られた場合は早めに医療機関での受診および治療を進め、その結果・経過について学校までお知らせいただければ幸いです(※学校での健康診断は「スクリーニング」のため、受診の結果『異常なし』となることもあります)。



また、健康診断の実施とともに、体のこと、健康のことに関してお子さんたちの意識・関心も高まっていると思われまます。学んだり一緒に考えたりするよい機会ととらえ、ちょっとしたことからでも話題や気づきにつなげていただければ幸いです。