

ほけんだより



練馬区立小竹小学校
保健室
平成30年 6月号

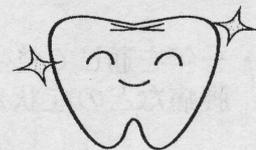
6月の保健目標

歯を大切にしよう

小竹小学校の歯の健康作りへの取り組みについて、ご紹介します。

☆定期健康診断

荒川歯科校医さんに診ていただき、むし歯の治療の必要な26人（去年は22人）にお知らせを出しました。また、歯並びやかみ合わせを注意した方がよい人や軽い歯肉炎、歯垢や歯石が付いている人にも受診した方がよいということでお知らせを出しました。今年も歯石が付いている人が比較的多かったです。なるべく早く受診するようにしましょう。



☆良い歯の缶バッジ配布(平成28・29年度は全員配布)

健康診断でむし歯のなかった児童は、学年ごとのねり丸の缶バッジがもらえます。これは練馬区で取り組んでいる事業です。今年は全校で273名に配布しました。むし歯があった児童も治療が完了したらもらえることになっています。がんばって治療してください。

☆4年生の歯みがき学習

荒川歯科校医さんによる歯みがき教室を、6月7日(木)の5、6時間目に理科室で行います。カラーテスターを噛み砕き、歯についた歯垢を染めだし、鏡を見ながら赤くなった部分をプリントに記入後、歯の磨き方を学習します。

☆6年生の保健学習



荒川歯科校医さんをゲストティーチャーに迎え、歯の健康について学習します。歯肉炎や歯周病の成り立ち、予防方法やデンタルフロスの使い方などを学びます。デンタルフロスまで指導している小学校は、少ないようです。貴重な学習ですね。(12月に実施予定です。)

※小竹小はむし歯や歯肉炎がある人がとても少なく、6年生で卒業する時は、全員むし歯ゼロです。ご家庭での日々の歯の健康への関心が高く、定期的にかかりつけの歯科医での受診をしているご家庭も多いようです。学校での歯科健診は年1回ですので、むし歯かな?と思ったら早めに受診するようにお願いいたします。(毎年、東京都学校歯科保健優良校として表彰されています。)

6月4日から10日まで「歯と口の健康週間」です。年間を通じてご家庭での歯みがきや治療をお願いいたします。また、矯正などを行っている場合、給食後の歯磨きをしているお子さんもいます。

今年も流行が始まっています

季節の変わり目で、子供たちの抵抗力は下がり気味で、思わぬ感染症にかかりやすくなります。
予防は手洗い、うがいが基本ですが、**規則正しい生活（特に睡眠時間）**と、**食生活**にも気を付けましょう。特に今年は天候不順のせいでしょうか。アレルギー体質によると思われる体調不良を訴えて、来室するお子さんが多いようです。アレルギーは薬等のコントロールが大切です。症状がひどくなる前に、受診して体力を落とさないように気を付けましょう。

○咽頭結膜熱（プール熱）…アデノウイルス3型など <出席停止>

- ・潜伏期間は5～6日。39度前後の発熱が3～4日続く、のどの痛み、結膜の充血が主な症状。例年、7月ピークに4月末から9月末まで、流行が続きます。鼻水や咳もでます。

○ヘルパンギーナ…コクサッキーウイルス、エンタロウイルスなど <出席停止>

- ・いわゆる「夏かぜ」の代表的なものです。突然の高熱と口の中に小さな水疱（すいほう）がみられることがあります。

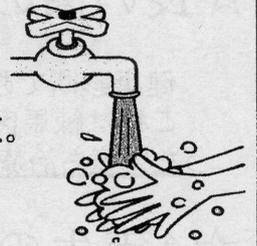
○溶連菌感染症…A群溶血性レンサ球菌など <出席停止>

- ・一年を通じて発生が認められる感染症です。高熱、のどの痛み、さらに小児ではおう吐や腹痛などの症状が出る場合もあります。



○とびひ（伝染性膿痂疹）…黄色ブドウ球菌、溶血性レンサ球菌など

- ・虫さされやあせも、湿疹のかきむしった後に、膿をもちそれが広がっていく。鼻の中に黄色ブドウ球菌が常在するため、鼻部から始まることも多い。



○アタマジラミ

- ・この時期に発生をよく聞きます。耳の後ろに卵が付いていることがあります。ご注意ください。

○手足口病 <医師により出席停止と言われる場合があります。>

- ・毎年6～7月をピークとする流行があります。手のひら、足の裏、口の中の粘膜に小さな水疱がみられることがあります。まれに全身に細かい湿疹が出ます。

○感染性胃腸炎 <出席停止>

- ・冬に流行る、ノロウイルスやロタウイルスではなく、季節の変わり目特有の嘔吐下痢症やおなかにくる風邪が流行ってきます。38度位の熱もでるようです。学校への登校はお医者さんにご確認ください。食中毒などにもご注意ください。

☆どの病気も抵抗力の差はあれ、他の人へ感染します。お子さんの様子を毎朝観察し、いつもと違う時は無理に登校させないでください。また、家族内での感染にも充分ご注意ください。

子供より大人の方が、症状がひどくなる場合もあります。これらの病気以外で、予防接種があるものは重症化を防ぐ意味でも、受けておくようにしましょう。（麻疹、流行性耳下腺炎、水痘、風疹など。**麻疹の予防接種は2回受けましたでしょうか？ご確認ください。**）

《登校届は小竹小学校ホームページよりダウンロードできます。ご活用ください。》