

ほけんだより

練馬区立豊玉東小学校
平成27年5月27日

6がつ ほけんもくひょう
6月の保健目標

は たいせつ
歯を大切にしよう



暑い日が続いています。6月はプール(水泳指導)も始まります。体調を整えて、元気に参加できるようにしましょう。

5月の半ば頃より、熱、嘔吐、下痢、腹痛、等の不調が多く出ています。熱は、38～39度と高熱が出るケースが見られます。今週に入り、咳や喉の痛み等でマスクをしている子も増えています。体調が悪いときは無理をせず、早期に受診してください。

水泳指導が始まります (6月15日～)

【プール入水前のお願い】

・定期健康診断で受診が必要とのお知らせがいった方は、治療を済ませてから水泳指導に参加してください。(特に、耳垢、鼻炎などの耳の病気、目の病気、内科的な疾患(疑い含む)、などのお知らせが届いた人は、必ず治療してください。)

・次のような人は、プールに入れません。水泳指導のある日は、ご家庭で健康観察をお願いいたします。

・体調の悪い時(熱がある、頭痛、腹痛、吐き気、下痢、等。)

・目や鼻の異常がある(目がかゆい、充血、目やにが多い、鼻水が多い、喉が痛い、耳痛、等。)

・皮膚の異常がある(傷口が塞がっていない、化膿している傷がある、じんましん、等。)

ばんそうこう等を貼ったままでは入れません。

・その他、朝ごはんを食べていない、ひどく寝不足、などの場合も、安全に入水できないので、入れないことがあります。

このようなときは、無理にプールに入ると、さらに体調を悪くしたり、かかっている病気を人にうつしたりしてしまうことがあります。速やかに受診し、医師の指示を受けてください。

病気の例： ・咽頭結膜熱(プール熱) ・急性外耳炎、中耳炎 ・はやり目
・水いぼ ・とびひ ・手足口病 等



手足のつめは伸びていないかな？
点検をしておきましょう。



プールのある日は、体調を万全にして参加しましょう。

よい歯のバッチを配ります。区の基準により、検診でむし歯のなかった人と、治療を済ませた人に配ります。配布後、治療を済ませた子には、その都度配ります。全員がもらえるように、治療のご協力をお願いします。 日々の歯みがきをていねいにして、歯の健康を保ちましょう。

