

# ほけんだより

令和6年5月31日  
練馬区立北町西小学校  
校長 小松田 早苗  
養護教諭 保坂 翔子

日に日に湿度が高くなってきました。中休みや昼休みに外で遊ぶ子供たちのなかには、びっしょりと汗をかいている児童もいます。手洗い用のハンカチの他に汗拭き用のタオルのご用意を引き続きお願いします。



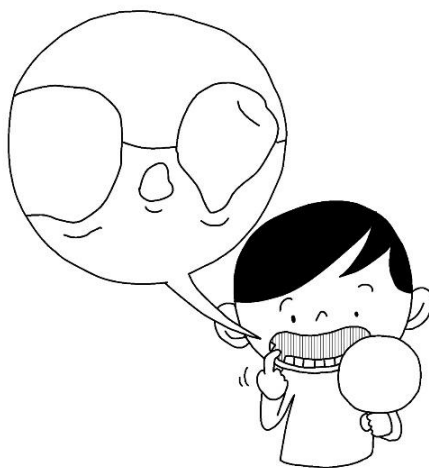
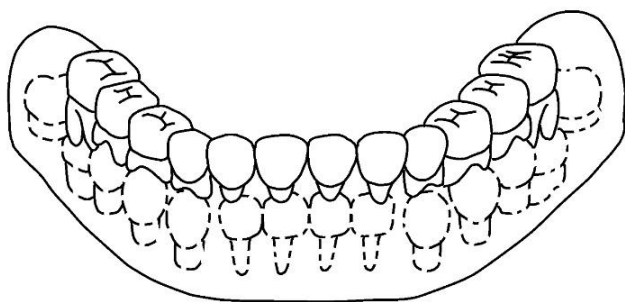
## 6月の保健目標は、「歯を大切にしよう」です！



6月4日（火）から10日（月）は「歯と口の健康週間」です。すみずみまで歯みがきをすることは健康な歯を保つ基本です。また、甘いものをダラダラと食べていると、むし歯になりやすくなります。甘いものを食べ過ぎていないか、毎日きれいに歯をみがいているか、自分の生活を見直してみましょう。



### 「子ども」から「大人」に生えかわる歯



子どもの歯の下（歯ぐきの中）には、大人の歯がかくれています。体が成長するにつれて、大人の歯も成長し、子どもの歯をおし上げます。おし上げられた子どもの歯がぬけて、立派な大人の歯（永久歯）が顔を出します。ただし、大人の歯の下にはもう別の歯はかくれていないので、毎日歯をすみずみまでみがいて大切にしましょう。

# 6月18日（火）から水泳の学習が始まります！

プールに入る前にお子さんと確認をお願いします！！

- 前日の夜はしっかりねむれたかな？
- 朝ごはんは食べてきたかな？
- 手足のつめはのびていないかな？
- 水着・ぼうし・タオルはあるかな？
- 水泳カードに体温と印鑑はあるかな？



## 【ご家庭へのお願い】

定期健康診断の結果、受診のおすすめの用紙をもらった児童は、水泳の学習前に専門医へ受診をし、水泳の可否についてご確認をお願いします。受診後は、「受診報告書」を学校へご提出ください。また、学校医健診が未受診の方についても、水泳の学習前に学校医の医院へ受診をし、「受診報告書」のご提出をお願いします。



## 学校感染症について

学校感染症に罹患した児童は出席停止の扱いになります。医師の診断を受けた場合は、学校までご連絡ください。なお、医師による登校許可の診断が出され、登校を再開する際は保護者の方が記入した「登校届」を学校へ提出していただく必要があります。「登校届」は、学校に用紙を取りにいりゃるか、本校ホームページからダウンロードし、ご家庭でプリントアウトしてご使用ください。

### 【学童期にかかりやすい主な学校感染症】

- ・インフルエンザ ・新型コロナウイルス感染症 ・流行性耳下腺炎（おたふく）
- ・水痘（みずぼうそう） ・咽頭結膜熱（プール熱） ・流行性角結膜炎 ・急性出血性結膜炎
- ・溶連菌感染症 ・手足口病 ・伝染性紅斑 ・マイコプラズマ感染症 ・感染性胃腸炎 など

※上記以外の感染症についても、出席停止の扱いになることがありますので、ご不明な場合は養護 保坂までお問い合わせください。