

保健だより

平成30年度
練馬区立田柄第二小学校
校長 谷田 弘子
養護教諭 井上 希

10月号

こんげつ けんこうもくひょう
今月の健康目標

め たいせつ
目を大切にしよう！



気温が急に低くなったり、高くなったり、すっきりしない天気が続いています。寒い日は、腹痛を訴えて来室する子供たちが多く、ゆたんぽを貸し出すことが目立ってきました。衣服の着脱で調節をしたり、手洗い・うがいをしっかり行ったりして、元気に過ごしていきましょう。

秋期歯科健診を行いました

10月4日に1・3・5年生、10月11日に2・4・6年生の秋期歯科健診を行いました。4月の健診から半年たち、口の中の様子が変わってきています。むし歯や、要注意乳歯等、治療が必要な児童には、黄色の歯科健診結果のお知らせをお渡ししています。今回の歯科健診では、むし歯がある人は、ほとんどいませんでした。歯科校医の小杉先生は、「むし歯が少なく、歯が綺麗です。」と感心していました。これからも、しっかり歯みがきをして、大切な歯を守りましょう。小学校は乳歯から永久歯に生え替わる大切な時期です。永久歯は、もう生え替わりませんので、むし歯をつくらないように丁寧に歯みがきをしてください。



9月の保健室来室者

けが	体調不良
312人	212人



学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
けが	53人	78人	89人	31人	45人	16人
体調不良	36人	42人	54人	46人	22人	12人

9月は運動会の練習があったため、低学年のけがでの来室が目立ちました。擦り傷やだぼくのけがが多かったです。また、晴れて暑い日が多かったため、水分補給をしたり、アイスノンを貸し出したりすることもありました。そんな子供たちですが、手当てが終わったときや、保健室で休み元気になったときの笑顔は、とても素敵でした。お礼の挨拶をしっかり言える児童も多く、嬉しい気持ちになりました。10月現在も、多くの児童が保健室を利用しています。一人一人と丁寧に向き合い、対応していきたいと思います。何か気になることなどありましたら、いつでもご連絡ください。

色覚検査について

色覚検査は、色の見え方を調べる検査です。色覚異常について自覚のないまま成長し、希望の職業に就業できなかったという事例があるようです。昔に比べると、色覚異常による就業制限は少なくなっていますが、「色」に関わる仕事や航空関係など、制限のあるものもあります。

練馬区では、定期健康診断とは別に、臨時検査として色覚検査を行っています。平成30年度からは、毎年4年生の児童を対象とし、検査を行います。こちらの検査は、希望制となりますので、これから4年生には希望調査を実施いたします。別紙「色覚検査について」のお知らせをお読みいただき、希望者は申込み用紙をご提出ください。検査は、保健室で一人ずつ、養護教諭が行います。学校で行う検査はあくまでも簡易検査となりますので、疑いがある場合は、一度眼科への受診をおすすめさせていただきます。

今後も、毎年4年生が実施しますが、他学年でもご希望がありましたら、連絡帳などでお知らせください。

今月の
目標

目を大切にしよう！

目の異常が増えています

ハウスダストや花粉などのアレルギーを原因とする、子供の目の異常が増えています。一年を通して、ハウスダストや花粉に対してアレルギーが生じる人は、アレルギー反応が慢性化し、春季カルタという症状を発症することもあります。ハウスダストや花粉による目の異常を予防するためにも、住環境を整え、花粉を家に持ち込まないようにしましょう。



疲れ目は冷やす？温める？



疲れ目は目の周りの筋肉が緊張しているために生じます。そのため、目の周りの血行をよくし、目の周りの筋肉を弛緩させることが大切です。ですから、疲れ目の解消には、目を温めると効果的です。

* 11月の保健行事 *

◆ 11月 8日 (木) 就学時健康診断

全校児童、3時間授業後、給食を食べて下校になります。

◆ 11月22日 (木) RDテスト (5年生)

口の中にむし歯菌の原因となる菌がどのくらいいるのかを調べる検査です。

一人一人の口腔内の衛生状態を判定します。

