

保健だより

令和元年度
練馬区立田柄第二小学校
校長 谷田 弘子
養護教諭 浅賀 雅子

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！

よろしくお願ひいたします

9月17日から井上先生が産休に入られました。井上先生が元気な赤ちゃんを産んで、元気に戻って来られる間、保健室を担当することになりました、浅賀雅子です。9月は、運動会の練習を頑張っているみなさんを保健室から応援していました。1日でも早くみなさんの顔と名前を覚えられよう頑張っています。

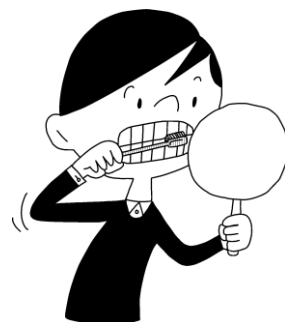
秋期歯科健診を行いました



10月3日に全学年秋期歯科健診を行いました。むし歯や、要注意乳歯等、治療が必要な人には、黄色の歯科健診結果のお知らせを渡しました。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からお話を伺いました。

「下の歯に歯垢がついている人や炎症が起きている人が多くいました。
もう一度、毎日の歯みがきの時、鏡を使って、しっかり歯ブラシが使えているか。確認してみてください。」

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
254人	205人

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
けが	34人	54人	50人	44人	33人	39人
体調不良	26人	49人	50人	38人	22人	20人



運動会の練習の際、気温が暑く体調不良が理由で保健室に来る人が多かったです。校庭に出る前にしっかり水分補給してない子が多かったです。喉が渇いてから水分補給するのでは遅いと言われています。外に出る前、運動する前に水分を補給していけるようにしましょう。

保健室で手当てが終わったときや、保健室で休み元気になり保健室から出る時、お礼の挨拶をしっかり言える人が多く、田二小のみなさんの素敵な姿をひとつ発見することができ嬉しくなりました。これから、みなさんの素敵な姿をたくさん発見できたらと思っています。

今月の
目標

目の異常が増えていきます

目を大切にしよう！

目に強いかゆみが出たときは・・・



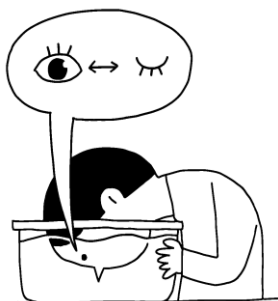
目がかゆいときはいろいろな病気が考えられます。花粉などに反応して起こるアレルギー症状もあれば、ドライアイでもかゆみが起こることがあります。ただし、目を手で強くこすると、細菌が入って結膜炎などの目の病気になることがあります。強いかゆみが続くときは、できるだけ目をこすらずに、眼科でみてもらいましょう。

麦りゅうしゅ（ものもらい）とは・・・

よごれた手で目をこすっていると、まぶたのふちから、細菌が入って、まぶたがふくらみ、赤くはれることがあります。これは「麦りゅうしゅ」という病気で、「ものもらい」とも呼ばれます。特につかれていると、症状が悪化するので、眼科でみてもらいましょう。



目にごみが入ったときは・・・



目にごみが入ったら、手でこすらずに、水を張った洗面器や流水の中でまばたきをして目を洗い、ごみを出しましょう。それでも痛みがとれないときは、眼科に行ってみてもらいましょう。

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きましたが、「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、検査を行っています。こちらの検査は、希望制となりますので、これら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、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。