

# ほけんだより

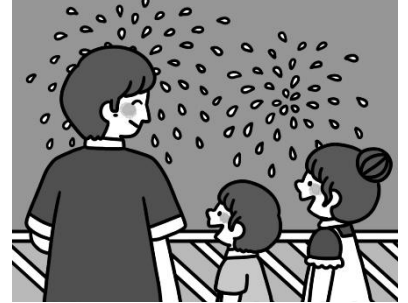


なつやすみ  
Version♪

令和4年7月20日発行  
練馬区立光が丘春の風小学校  
養護教諭 鎌田 菜穂

夏らしい暑い日が続いたと思ったら、じめじめした雨が降るなど、天候の変化に慣れない毎日ですね。保健室にも、だるさや頭痛での来室がふえています。

さて、明日からは待ちに待った夏休み。夏だからこそできることをたくさん経験してくださいね。よく学び、よく遊び、そしてよく休み、心身ともに一段と成長したみなさんと、2学期にまた会えることを楽しみにしています！



## ●1学期の保健室来室●

※7月13日現在

★来室数合計 691名

《うち、けが等491件、病気等168件、その他(着替え、クールダウン、健康相談など)》

★けが等内訳 ①打撲(158件) ②擦り傷(113件) ③かゆみ(42件) 等

★病気等内訳 ①頭痛(64件) ②腹痛(48件) ③気持ち悪い(41件) 等



◎体調不良での来室数は月曜日が最多でした。(休み明けは大人でも辛いものです…。)

また、けがでの来室は低学年に多くみられました。低学年がけがをしやすいのがありますが、高学年になると、軽いけがは自分で対応できているのかもしれませんが。

## ●ほけんしつからの夏休みの宿題●

★はみがきチェック！ …1～4、6年生が対象です。

- ・歯垢染め出しです。みがき残しの場所が分かります。
- ・いつもどおりに歯みがきをしてみて、どんなところにみがき残しがあるか確認しましょう。

★RDテストをしてみよう！ …5年生が対象です。

- ・だ液を使った検査で、口の中のむし菌菌がどのくらいいるか分かります。
- ・自分の口の状態を知って、普段の歯みがきの仕方やおかしの選び方を考えましょう。

どちらも提出日は9月1日始業式です。おうちの方も、一緒に確認していただければと思います。

けんこうかんさつひょう  
●健康観察表について●

せんじつ けんこうかんさつひょう はいふ なつやす まいにちきにゆう  
先日、7月・8月の健康観察表を配布しました。夏休みも毎日記入して、  
けんこうかんり やくだ ていしゅつび しぎょうしき  
健康管理にお役立てください。提出日は、9月1日(木)始業式です。

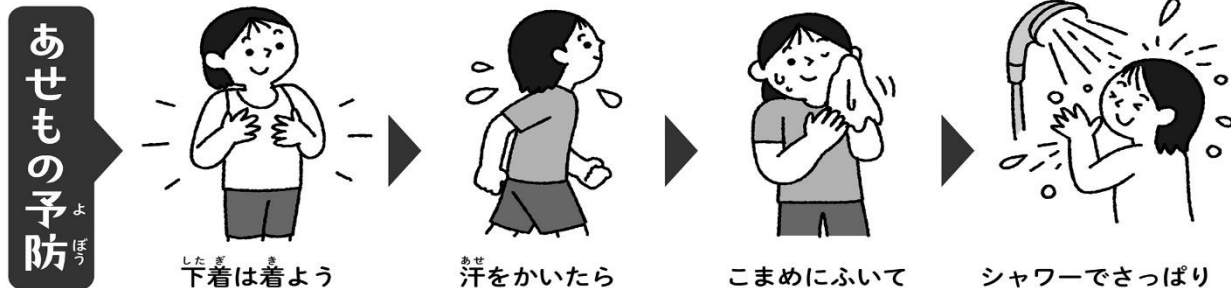


くうきけんさ  
●空気検査をしました●

7月11日(月)、がっこうやくざいし むくい きょうしつない くうきけんさ  
学校薬剤師の貫井さんが、教室内の空気検査をしてくださいました。  
むくい てきせつ かんきょう がっこうせいかつ おく ねんかん つう  
貫井さんは、みなさんが適切な環境のなか、学校生活を送ることができるよう、年間を通じ  
さまざま けんさ くうきけんさ きょうしつ にさんかたんそのうど そくてい  
て様々な検査をしてくださっています。今回の空気検査では、教室の二酸化炭素濃度を測定  
し、しんせん くうき たも しら  
新鮮な空気が保たれているかを調べてくださいました。ありがとうございました。

しんたいけいそく  
●身体計測があります●

9月2日(金)の6年生からじゅんじ けいそく はじ たいそうぎ わす ねが  
9月2日(金)の6年生から順次、計測が始まります。体操着を忘れないようお願いします。  
しんちょう はか たか いち どう ひか  
※身長を計るため、高い位置でのポニーテール等はお控えください。



ひといき ほっと一息コーナー♪ 7つのちがい、わかるかな？

