

ほけんたより

令和3年7月14日

練馬区立大泉学園小学校



梅雨が明けると本格的な暑さがやってきます。体を動かして遊ぶ時や運動する時、息苦しさをを感じる時は、マスクをはずして熱中症にならないように気をつける必要があります。

そして、もうすぐ夏休みが始まります。夜ふかしや朝ねぼうはせずに、規則正しい生活を送って、夏休みを元気にハッピーに過ごせるようにしましょう。



「定期健康診断の記録」を配付します

一部の精密検査を除いて、定期健康診断が終了しました。ご協力、ありがとうございました。全ての検診・検査の結果が記載された「定期健康診断の記録」を、ほけんファイルに挟んでご家庭に配付いたします。

ご相談やご質問、記載内容について不明な点がなどありましたら、保健室までご連絡下さい。

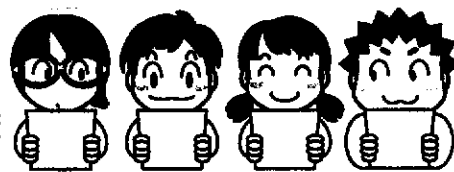
ほけんファイルにつきましては、発育測定（9月・1月）の結果を配付する際にも使用しますので、学校にお戻しいただきますようお願いいたします。

【お願い】

配付時に教室で「ほけんファイル」に学年・クラス・出席番号・名前を記入するように子供たちに指導しましたが、記入されていない場合はお手数ですが、ご家庭で記入をお願いします。

【受診報告書の記載について】

「治療済み」など受診報告書の結果につきまして、保健室で記録・管理をしておりますが、「定期健康診断の記録」に記載されませんのでご了承下さい。



「歯肉炎」と口呼吸について

6月に実施した歯科検診の結果、全校の26.9%、約4人に1人のお子さんが「歯肉炎」になっていました。(3年生以上のお子さんが特に多くなっています。) 昨年度が11.3%ですので、倍増しており子供たちの口の中の健康が心配される状態です。

本校の歯科校医の南先生から、検診結果を受けてお話をいただきました。

『マスクをしていると口呼吸になりやすくなります。口呼吸によって、口の中が乾き歯肉炎にもなりやすくなります。

ていねいに歯みがきすることはもちろん、大人も子供も意識して、マスクをしていても口を閉じて鼻で呼吸をすることが大切です。』



歯肉炎は、1週間ほどていねいに歯みがきをすると健康な歯肉に戻ります。新型コロナウイルス感染症予防のため、これからもマスク生活は続きます。ぜひ、**ていねいな歯みがき**と、口を閉じて**鼻で呼吸**することを意識して口の中の健康も守ることができるよう、ご家庭でもお子さんに声かけをお願いします。

*「全国小学生歯みがき大会(DVD)」を終えた5年生には、南先生から子供たちに鼻呼吸することの大切さについて、歯科検診前に直接お話いただきました。

6月に半園小で発生した感染症

- 新型コロナウイルス感染症に伴う出席停止扱い … 68人
(本人またはご家族の発熱や風邪症状。感染予防など。)
- 感染性胃腸炎 … 2人
- 流行性角結膜炎(はやり目) … 1人



*健康観察表について

9/1(始業式)の健康観察欄は、7月の健康観察表の下欄にあります。

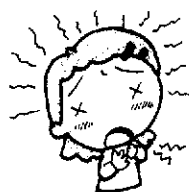
区内の小中学校でも、引き続き新型コロナウイルス感染症感染者が出ています。また、感染性胃腸炎や溶連菌感染症、水痘(水ぼうそう)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、マイコプラズマ肺炎も発生しています。

夏にはやる病気に気をつけよう!

★予防の基本は、手洗い・うがいです!

ヘルパンギーナ

高い熱が出ること、のどがいたむことが特ちょうです。のどには水ぶくれができます。



プール熱

高い熱が出る、のどがいたむ、目がいたむ・赤くなる・かゆくなるなどが特ちょうです。



手足口病

口の中、手のひら、足のうらに水ぶくれができます。熱が出ることもあります。

