

夏ほけんだよ

7月

令和6年7月2日
練馬区立大泉学園小学校
保健室

梅雨独特の蒸し暑い白が続いています。

夏の暑さを負けるな!

夏バテ知らずさん
をめざして

夏の暑さを変えることはできませんが、自分の行動は変えられます。夏バテは、夏の環境の変化に体がついていけずにバランスを崩した状態。生活習慣を見直して、体の調子を整えておきましょう。



7月の定期健康診断

生活習慣病精密検査(対象：肥満度 40%以上)対象の人にはすでにお知らせ済みです。

『練馬区の良い歯のバッチ』を配布しました

【練馬区よい歯のバッチ配布基準】

学校の歯科検診を受けた児童



【6月の歯科検診の結果より】

歯みがきは不十分で歯肉炎になっているお子さんが学年が上がるごとに人数が多くなっています。

学年の歯肉炎の割合

1年：3% 2年：5.1% 3年：13%

4年：18% 5年：25.4% 6年：23%

歯肉炎は、ていねいな歯みがきを続けると、1週間程度で健康な歯肉に戻ります。ぜひ、ご家庭でもていねいな歯みがきの声掛けをお願いします。

あなたの口は大丈夫?

歯周病チェックリスト

- 朝起きたとき口の中がネバネバする
- 歯みがきのときに出血する
- 硬いものが噛みにくい
- 口臭が気になる
- 歯ぐきとときどき腫れる
- 歯ぐきが下がって、歯と歯の間に隙間ができています
- 歯がぐらぐらする

チェックが多い人は病院へ行きましょう。

6月に学園小で発生した学校感染症

溶連菌感染症 2人 風疹 1人

流行性角結膜炎 1人



「頭をよくかいていたら
注意！」

お 子様が頻繁に頭をかいたり、かゆみを訴えたりしたら、髪の毛に注目してください。アタマジラミが原因かもしれません。耳の周囲、襟足、頭頂部、髪を束ねた毛根部などはアタマジラミの成虫や幼虫、卵が多い場所です。注意して見てあげてください。



**アタマジラミ
の
駆除**

- 2週間ほど大人が洗髪し洗い流す
- 梳き櫛など目の細かい櫛で髪をとかす

ア タマジラミは不潔だからうつるものではありません。頭髪から頭髪へアタマジラミが移動することで感染します。園での感染拡大防止のため、もし発見したらお知らせください。

予防には、適切な駆除や毎日の洗髪、タオルなどの共用を避けるなどが有効です。



教育相談のご案内

6月のスクールカウンセラー 荒木 麻子先生(8:30~16:00)の来校日は
7月3日(水)、10日(水)です。



9月4日(水)、11(水)、18(水)、25(水)です。

ご相談のある方は、お気軽に副校長または、保健室岡部(☎3923-0006)までご連絡ください。

スッキリルーム開室日のご案内

7・9月の心のふれあい相談員 水野 寛子先生(9:00~14:00)の来校日は
7月2日(火)、4日(木)、5日(金)、9日(火)、11日(木)、
12日(金)、16日(火)、18日(木)、19日(金)です。



9月3日(火)、5日(木)、6日(金)、10日(火)、12日(木)、
13日(金)、17日(火)、19日(木)、20日(金)、24日(火)、
26日(木)、27日(金)

