

教育目標
たのしく
かしこく
せいっぱい

ほげんだより

令和6年4月25日
NO.3
富岡市立高瀬小学校
保健室

連休中も健康管理を!

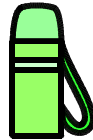
みなさん、連休中はどのように過ごしますか?規則正しい生活をして、元気に登校してください。感染対策もお願いします。

4/25付けで治療勧告書をお渡ししました。
視力(全学年)、聴力(1.2.3.5年)、眼科(4年)です。
配付された児童は早めに受診をお願いします。

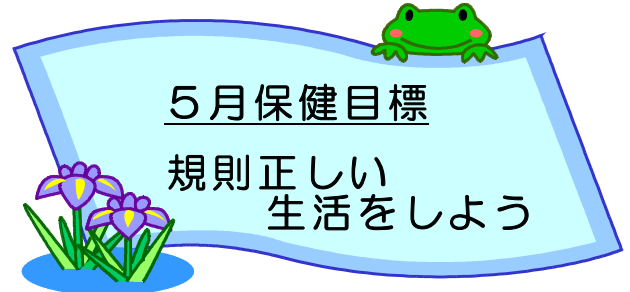
これから、暑くなります! 熱中症予防へのお願い

- こまめな水分の補給をするため、**水筒を持参**する。(一年中可)

※水・お茶類を入れてくる。
※体育のある日は氷をいっぱい入れたスポーツドリンク可(薄めに)



- 汗ふきタオルやハンカチを多めに持つてくる。
- 体調が悪い時には、早めに先生に申し出る。



5月保健目標

規則正しい
生活をしよう

5月の予定

歯科検診の日、「歯ブラシ」をわすれないでください。歯科検診の前に歯みがきをします。

月日	曜	項目(対象)
5/1	水	歯科健診(2年 6-1 6-2)
5/9	木	内科検診(1年 3年)
5/10	金	歯科検診(4年 5-1 桜星)
5/14	火	歯科検診(1年 5-2)
5/16	木	歯科検診(3年 5-3 6-3)
5/17	金	検尿②(1回目陽性者と未済者)
5/21	火	内科健診(5年 6年)
5/28	火	内科健診(2年 4年 桜星)
5/29	水	耳鼻科検診(4年)

お知らせ

連休は標語づくりやポスター書き!応募用紙は裏にあります。



「歯と口の健康づくり啓発標語」を募集します! ※校内×切 5/10(金)

裏面の応募用紙に記入し、5月10日(金)までに提出してください。希望者のみですが、どしどし応募してください。歯と口の健康づくり標語は、みんなに元気、やる気、本気が伝わる作品なら、どんなものでもOKです。今までの「歯と口の健康づくり啓発標語」の優秀作品を参考にして、応募してください。たくさんの応募を待っています。

今までの優秀作品 「よくかんで 正しくケアして 健康長寿」「咲かそうよ 笑顔の花を 歯みがきで」
「丈夫な歯 未来の自分に 届けよう」「のばそうよ 健康寿命 歯みがきで」

※「よい歯の図画・ポスター」も応募します。図画やポスターを描きたいという人は、詳細と画用紙(4つ切)を渡しますので、保健室へ来てください。校内×切は、5/10(金)まで厳守です。(低学年は図画、高学年はポスターの応募)

内科検診では、運動器検診・結核検診も行います

学校医の先生方に、内科検診で体の状態や皮膚、運動器、結核など、診ていただきます。マスクを外さずに行います。

★運動機能チェック
右の3点でチェックされる人が多いです。
普段から、気にかけていきましょう。

【片足立ち】
左右ともにバランスよく、5秒以上ふらつかずに立てる



【しゃがみ込む】
途中で止まらず、最後までできる。
(踵が上がらない・後方転倒しない)



【脊柱側弯症】



夏かぜが増えています！手洗いが重要

富岡地域では夏かぜが増えています。
夏期に流行するウイルス性疾患の総称を夏かぜと呼び、手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱などが代表的疾患です。高温多湿な時期に感染しやすくなりますが、現在手足口病や咽頭結膜熱の報告が増えています。

●どんな病気？

- ①手足口病：発熱や、口の中・手のひら・足の甲・足のうらなどに数 mm の発しんが出る。大人が感染すると痛みが強くなることが多い。
- ②ヘルパンギーナ：突然の高熱（38 ～ 40 ℃）と咽頭痛が主症状である。口の中に水疱ができ、痛みで食欲不振になることがある。乳幼児に多くみられる。
- ③咽頭結膜熱：別名「プール熱」とも呼ばれ、主症状は、発熱・咽頭炎・結膜炎など。

●どうやって感染するの？

飛沫感染・接触感染・糞口感染（便に排出されたウイルスが手などを介し、口に入って感染すること）により感染します。

●予防対策方法は？

・原因ウイルスにはアルコールが効きにくいいため、ハンドソープと流水でよく手を洗うことが重要です。

キリトリセン

2024 年度

歯と口の健康づくり啓発標語応募用紙

5/10（金）までに

担任へ提出してください。

標語
高瀬小 年. 組. 番. 名前