

ほけんだより

令和5年6月16日

横浜市立あざみ野第二小学校

校長 宇都宮 桂

養護教諭 小川 眞由美



梅雨に入り、蒸し暑い日が続いています。天気により、気温差があり、体調を崩しやすい時期です。保健室には体調不良を訴えて、来室する児童が増えています。発熱、頭痛、吐き気、腹痛、嘔吐など症状もさまざまです。ご家庭での朝の健康観察を丁寧にお願います。規則正しい生活とバランスの良い食事を心がけて、梅雨時を元気に乗り切りましょう。

< 定期健康診断について >

4月から定期健康診断を行っています。病気の疑いがあった場合は、「受診のおすすめ」という用紙をお渡ししています。この用紙を受け取られましたら、早めに医師の診察を受けてください。

尚、受診された結果、「異常なし」という場合もあるかもしれません。特に歯科検診につきましても、医療機関のような十分な設備がない中での検診につき、むし歯と色素沈着の区別がつきにくいです。受診結果が、「むし歯ではない」こともあるかもしれませんが、病気の疑いを見つけ、病気の早期発見につなげるという健康診断の趣旨をご理解いただきますようお願いいたします。

また、歯科校医の郷先生は、舌小帯異常や上唇小帯異常、不正咬合についても、丁寧にみてくださっています。それらに関しては、医療機関で一度相談されることをおすすめします。

< 結核検診について >

4月にご提出いただいた「児童保健調査票」の記載内容をもとに、結核検診を行っています。精密検査が必要な場合は、個別に連絡をしますので、夏休み中に医療機関で検査を受けてください。



プールに入る前には、ご家庭で健康チェックをお願いします。

- ・熱はありませんか？
- ・下痢をしていませんか？
- ・目は赤くないですか？
- ・鼻水は出ていませんか？
- ・爪は短く切ってありますか？
- ・化膿している傷はありませんか？

プールに入る日の朝は、ご家庭での健康観察を丁寧にいただき、プール可否の判断をお願いします。体調が思わしくない場合は、無理をしないようにしてください。また、朝食をしっかり摂って登校するようお願いいたします。

歯みがきで健康な歯を^{◆◆}

朝食後や就寝前に歯みがきができているでしょうか。「丁寧な歯みがきが、いい歯をつくる」と言われています。歯みがきの後、歯を舌でさわってみてください。ツルツルしていたらきれいにみがけているサインです。反対に、ザラザラしていたら、まだ歯垢が歯に付着している状態です。低学年や歯のはえかわる中学年のうちは、みがいた後も歯垢が残りやすいです。保護者の方が仕上げみがきをしていただいたり、お口の中の様子を見ていただいたりなど手助けをお願いします。

