

# ほけんだより



横浜市立都田西小学校  
 校長 大嶋 照美  
 養護教諭 高橋 典子  
 野口 はるな

## 1年間の健康生活を振り返ろう！

早いもので3月になりました。あたたかい白さしの日もあり、春の訪れを感じられるようになりました。今の教室に通うのもあと少し。体調を整えて元気に登校し、素敵なお思い出をたくさん作ってくださいね。さて、この1年、体も心も健康にすごせましたか？自分の1年間の生活を返ってみましょう。また新年度にむけて、規則正しい生活を心がけ、体も心も元気いっぱいの状態でスタートを切りましょう。

1年間の生活を  
 振り返って  
 みましょう



## ～保健室の1年間～

★けがのしゅるいは、①位 **すりきず**、②位 **だぼく** でした。体育などでがんばった結果の「健康的なけが」はよいですが、防げるけがも多くあります。落ち着いてすごしたいですね。

★冬に感染性胃腸炎やインフルエンザがはやり、早退する人が多かったで



### 保健室

1年間の来室者数

4298 人

早退は301人です

病気での来室者

1764 人

けがでの来室者

2534 人

そのうち、病院へ行った人は19人です

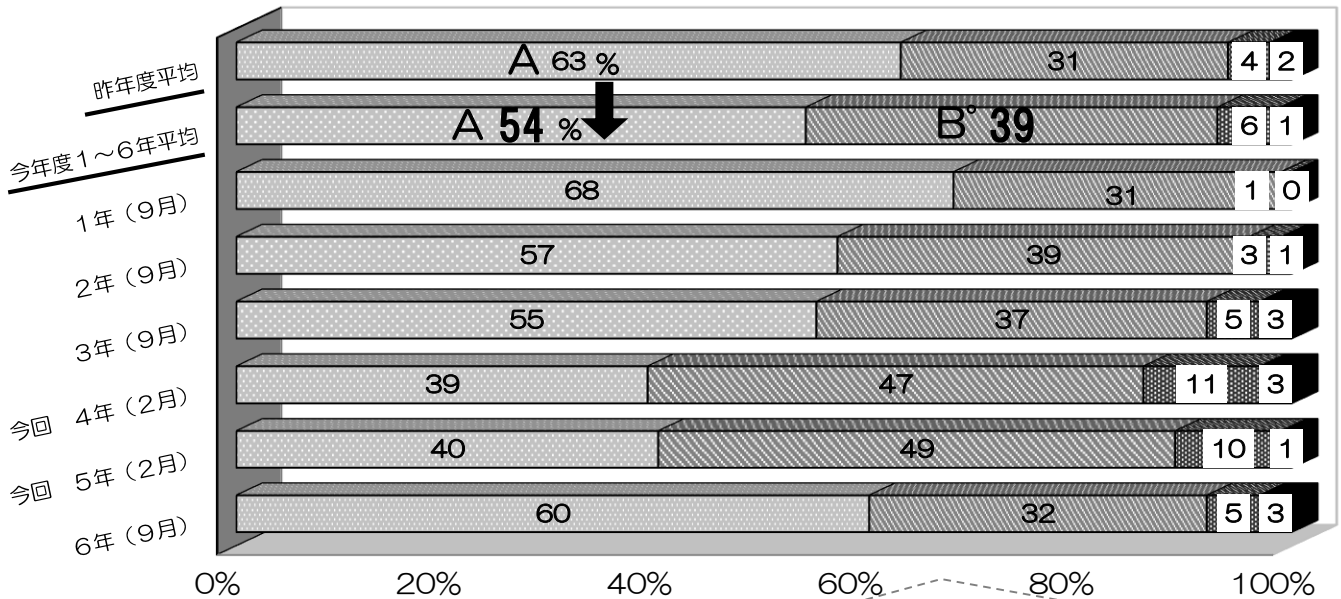
6年生のみなさんへ

卒業まであと少しとなりました。一緒にいった宿泊体験は毎回雨でしたが、そんなの気にせず思いきり楽しんでる姿が、本当に良いなと思いました。何事も笑顔で楽しめるってステキです！これからも笑顔で、「自分らしく」がんばってください。そして身体も大切にしてください。みなさんの成長を楽しみにしていますよ。

# 歯科巡回指導がありました！

2月1日に、4年生と5年生、10組の歯科巡回指導があり、歯科衛生士さんに「歯と口の健康チェック」と「歯ブラシのチェック」をしていただきました。これで、すべての学年の歯科巡回指導が終わりましたので、全校の結果をお知らせします。

## 歯みがきチェックの結果



■ A よくみがけています ■ B° 少しみがきのこしがあります ■ B みがきのこしがあります ■ C みがきのこしがたくさんあります

残念ながら、昨年度よりも、よくみがけている人の割合が全体的に減ってしまいました。歯科巡回指導のときだけでなく、**ふだんから**ていねいな歯みがきを続けて、**ピカピカ**の歯ですごしたいですね！

歯科衛生士：  
増田先生から



今回も染めだし剤や歯みがきカレンダーの取り組みをおこなったので、「歯垢」が多く残っている状態はありませんでした。ただ、急にみがいた様子や、すみずみまで歯ブラシが届いていない様子がみられ、すっきりときれいにはできていません。歯ぐきのはれも多く見られたので、もう少し時間をかけてみがく必要があります。

また、都田西小の子どもの特ちょうは、よくみがけている人と、みがけていない人の差が大きくなるということです。また春の検診で言われた虫歯を治療していない人もいました。治療がまだの人は、春休みのうちに行くようにしましょう。



★おうちの方には、お子さんの口の中をぜひ見てあげてほしいと思います。口の中の健康状態や、歯みがきができているかを知るのはとても大切です。よろしく願いいたします。

## 保護者の方へ

今年度も、本校の学校保健へのご理解とご協力、どうもありがとうございました。

インフルエンザが流行中です。先週は3年生で1クラス学級閉鎖がありました。現在はA型、B型両方がでていますが、特にB型はあまり高い熱がでず、腹部症状（腹痛や嘔吐・下痢など）が主にあることから、インフルエンザと分かりづらく、注意が必要です。熱があがらず腹部症状のみでも、長引く場合は受診や検査をおすすめします。また、熱が下がっても体調が思わしくない場合は、登校をひかえていただき、おうちで様子を見ていただきたいと思います。

今年度も残りわずかですが、最後まで油断せず、学校では感染症予防として児童に手洗い・うがい・換気の指導をおこなって予防に努めたいと思っています。ご家庭におきましても、お子さんへの手洗い・うがいの声かけ、そして登校前の健康観察をお願いいたします。また引き続きのお願いではありますが、前日や登校前に発熱もしくは嘔吐・下痢などの症状がみられる場合は無理して登校せずに、自宅にて様子を見ていただきますよう、よろしくお願いいたします。感染症予防にご協力をお願いいたします。