

すぐーる配信 お子さんと一緒にお読みください。



保健だより7月

令和8年7月10日
横浜市立美しが丘西小学校
校長 岸田 理恵子
養護教諭 西野 由希子



なつ けんこう す
「夏を健康に過ごそう！」

今年は湿度が高い、梅雨らしい気候が長く続いていました。最近は暑くなる日も出てきて、そろそろ本格的な暑さがやってきそうです。

暑くなり始めの時期は、体がまだ暑さに慣れていないため、体調不良に注意が必要です。保健室でも水分補給が不足していて体調不良を訴えて来室してくる児童をみかけます。ご家庭でも水筒や汗拭きタオルの持参等、熱中症予防対策とお子さんへの声がけをお願いします。



水分補給は、のどがかわく前から、少量ずつ飲むことがポイントです。一気飲みは逆効果になることがあります。
ご家庭でも、お子さんと一緒にご確認ください。

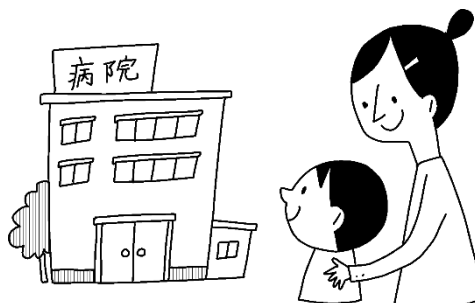
けんこうしんだんけっか けんこうてちょう し
健康診断結果を健康手帳でお知らせしています。



7月8日に、各クラスより健康手帳が配付されています。健康手帳には4月から実施した定期健康診断の結果が記載されています。健康手帳は子どもの健康状態と成長の様子を知るよい機会です。4・5ページに定期健康診断の結果が、17ページからは歯科検診の結果を記載しています。一緒に配付した説明プリントを見ながら、検診結果を確認していただき「保護者印(サイン)」を行い、**7月10日(金)までに家庭から学校へのご返却**とご案内しています。返却がまだの方は、返却をよろしくお願いします。

健康診断の結果、受診のお勧めをもらった方は、病気とは限りませんが、夏休みを利用して早めに受診することをおすすめします。

病院受診の結果は、「受診のお勧め」を保護者の方が記入して、学校までお知らせください。



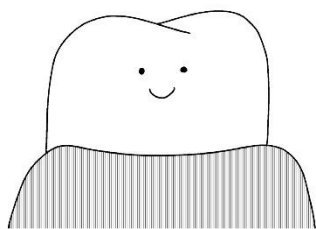
個別健康診断(内科・歯科)のお知らせについて

令和8年度より、長期欠席等の理由により内科検診・歯科検診の未受診者においては、学校医・学校歯科医の医療機関で個別に受診する制度が始まりました。

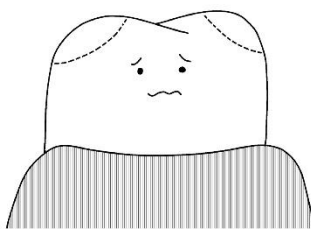
該当の方には、7月上旬に個別に案内を行います。個別受診期間は9月末までとなっております。該当の方で、不明点等がある場合は、養護教諭までご相談ください。



し か けん しん がっ こう し か い せん せい なに い 歯科検診で学校歯科医の先生は何を言っているの？



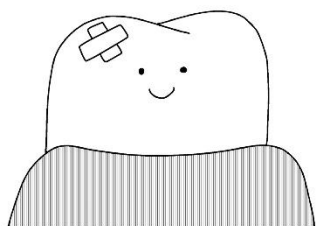
けんこう は
健康な歯→「/」(しゃ線)



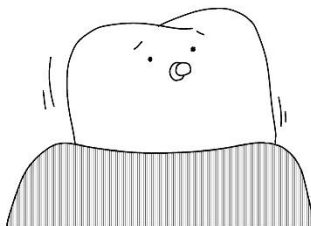
むし ば
むし歯になりかけている歯
→「CO」(シーオー)



むし ば
むし歯の歯→「C」(シー)

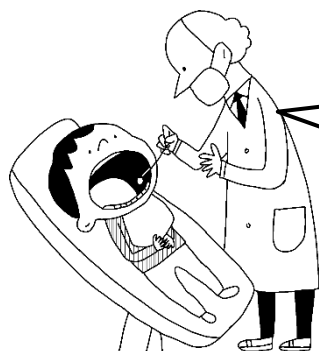


きちん と ち は
きちんと治りようした歯
→「O」(まる)



ちゅう い ひつよう にゅう し
注意が必要な乳歯
→「X」(バツ)
(要注意乳歯)

歯の様子とは別に、歯ぐきが、赤くはれていたり、軽い出血があったりする場合は「GO (ジーオー)」と呼ばれる状態で、歯みがきや生活習慣を見直す必要があります。



歯科検診後に「要注意乳歯 X」で受診のをおすすめを配付している児童が今年が多かったです。

要注意乳歯とは、「永久歯の生え方に悪影響を与えるかもしれない乳歯」のことです。

歯科検診後に受診のをおすすめを配付された方は歯科医に相談してみてください。

ねんせい ほけん じゅぎょう おこな 4年生で保健の授業を行いました！

6月に4年生の担任と一緒に「育ちゆく体とわたし」という保健の授業を行いました。「育ちゆく体とわたし」は、思春期の心と体の成長を学ぶ単元です。

養護教諭からは、思春期の体の内側の変化について説明していききました。思春期の心身の変化は、成長には個人差はみられるものの、子どもから大人へ成長している証です。

この授業をきっかけに子ども達が自分の心身の成長を前向きにとらえ、成長について心配なことや不安なことがあった時は、自分の信頼できる大人に相談するようにと伝えました。

授業後の子ども達からは「自分の体を大切にしていきたい」「思春期の体の変化について安心できる大人に相談したい」といった感想が見られました。

ご家庭でも、思春期の心身の成長を前向きに子ども達がとらえるきっかけになるように、今回の保健の授業を話題にしていただければありがたいです。

