

6月 ほけんだより

令和5年6月1日
半田小学校 保健室

あめあ そら み あ
雨上がり空を見上げたとき、美しい虹がかかっていると晴れやかな気持ちになりますね。
にほんでは虹は7色といわれますが、海外では4色や6色とさまざまです。同じものを見ても、くにぶんかひとによって見え方が違うのです。あなただけの「虹の色」を見つけてみると楽しいかもしれませんね。



☆6がつの保健行事☆			
7日 (水)	歯科健診	13:30~	《1・2・3年生》
8日 (木)	歯科健診	9:00~	《4・5・6年生》
23日 (金)	耳鼻科健診	13:10~	《2年生・5年生》

6がつのほけんもくひょう

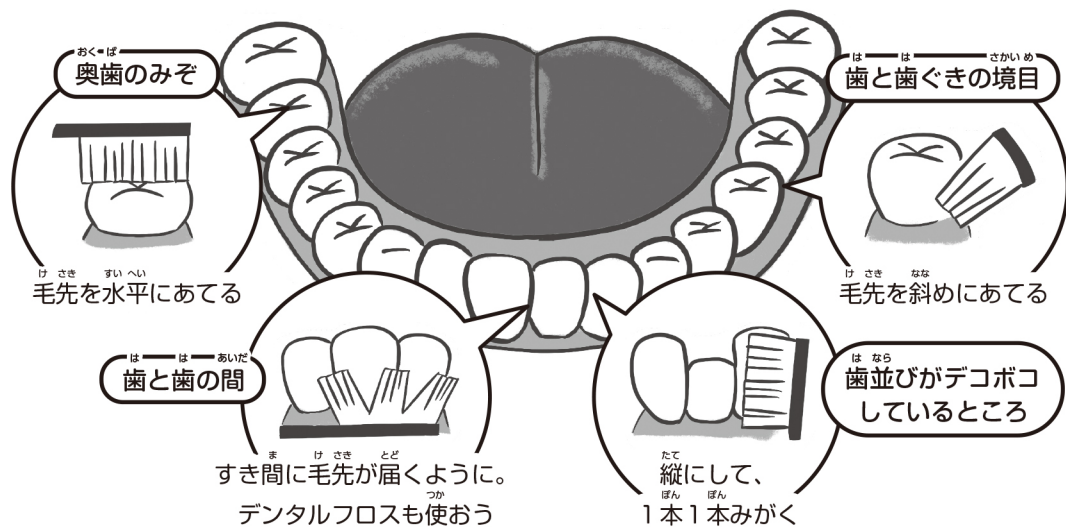
食べたらずをみがこう

むし歯を予防するポイントを知ろう

★むし歯菌(ミュータンス菌)をへらす

ミュータンス菌を少なくするためには、歯みがきをしっかり行い、歯垢(菌のかたまり)をとりのぞくことが大切です。歯垢がたまりやすいのは、かみ合わせの部分のみぞ、歯と歯ぐきのあいだ、歯と歯のあいだなどです。

みがかき残しやすい場所とみがかき方



歯科健診のとき、歯科医の先生の言葉を聞きとってみよう!

『C』・・・むし歯
『CO』・・・むし歯かもしれない歯
『O』・・・治療がすすんでいる歯



ただし、乳歯はABC...というので乳歯のCはむし歯ではありません。むし歯かどうかすぐに気になる人は、保健室まで聞きにきてね。

☆しっかりと大きく口を開き、先生の言葉を聞きましょう。

『C』や『CO』という言葉が聞こえなかった人はむし歯ゼロ!!

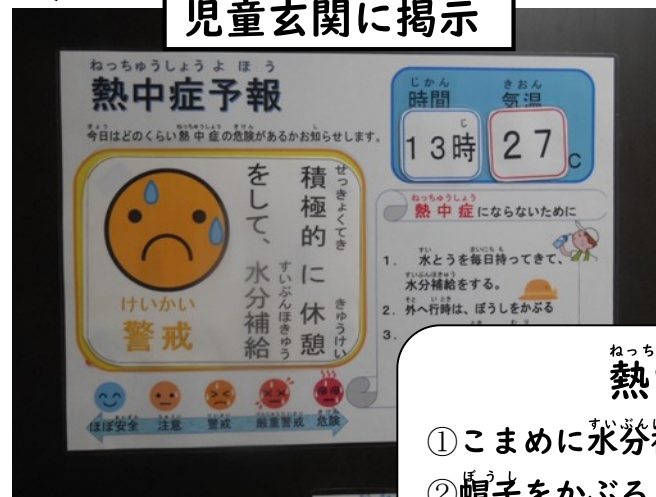
後日、お知らせの紙をわたすので、もらったらはやめに、歯医者さんへ行って治療してもらいましょう。そのままほうっておくと、むし歯がすすんで、痛みがひどくなります。ひどい場合は、抜くことになるかもしれません。はやくなおして、むし歯をつくらないように歯を大切にしましょう。

☆お知らせ☆

- ・歯科健診の結果は、後日全員に配布します。治療が必要な人は、その用紙を持って歯科医院を受診してください。その後、学校へ提出してください。
- ・尿検査、耳鼻科健診、眼科健診については、異常のある人へのみ、結果を通知します。治療が必要な人は、早めに医療機関を受診してください。

熱中症予報始めました!

児童玄関に掲示



熱中症予報が「注意」以上になったら外へ行くときは(休み時間など)必ず赤白帽子をかぶって外で活動しよう!



熱中症にならないためには・・・

- ① こまめに水分補給をする! (のどがかわいてから飲むのでは、遅いです!)
- ② 帽子をかぶる。
- ③ 体調が悪いとき、しんどい時は無理をしない。

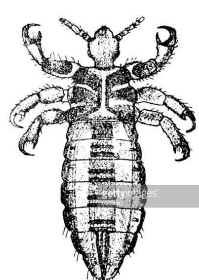
おうちのひとと一緒に読みましょう。

アタマジラミってなに!?

アタマジラミとは

人間の頭髪に寄生し、頭皮に皮膚炎を起こすもの。集団生活の中で発生することが多く、特に女兒に寄生しやすい。頭をくっつけて遊ぶ子どもの間では、容易に流行しやすい傾向がある。感染することは頭部が不潔というわけではなく、接触のためや枕カバーやヘアブラシの共有から偶然に感染することがある。

アタマジラミの卵は…



アタマジラミの成虫 (体長2~4ミリ)

★プールの始まるこの時期にお子さんの髪の毛をチェックしてください

発見ポイント

① 卵の有無の確認

卵は 0.5 ミリくらいの大きさで、白～褐色。フケのようにも見えますが、手でとろうとしても簡単にはとれない。毛の根元から2~3センチのところについていることが多い。

② 頭のとっぺんや耳の後ろ、たばねた髪の毛の根元などに卵がついていることが多い。

アタマジラミが見つかったら…

- ・家族全員の髪の毛を調べましょう。
- ・薬局に相談のうえ、駆除剤(粉末剤やシャンプー剤)を購入し、使用する。
- ・目の細かい「スキグシ」で朝夕ていねいに頭髪をすきましょう。成虫や卵が落ちるので効果が上がります。
- ・毎日、洗髪を入念にすることで、成虫の繁殖を防ぎましょう。
- ・枕カバー、シーツ、パジャマ、下着はこまめに取替え洗濯し、清潔なものを使用しましょう。
- ・タオル、ヘアブラシ、帽子の共有はやめましょう。

※駆除が完全に終わるまでしっかり続けましょう。大変ですが、駆除ができていないと家族間でうつしあうことにもなりかねません。また、定期的に頭髪のチェックをするようにしましょう。

※アタマジラミが見つかった場合は、学校へもお知らせください。

水泳学習が始まります!

6月中旬より水泳学習が始まります。

楽しみにしている人も多くいると思いますが、準備や注意をおこたると、けがや病気につながる危険なスポーツでもあります。次のような病気にあるお子様につきましては、主治医と相談のうえ、入水の判断をしていただくようよろしくお願いいたします。

- ① 心臓や腎臓に病気のある人
- ② 意識を失う発作を起こす可能性のある人
- ③ 耳や鼻、目に病気がある人
- ④ アタマジラミに感染している人
- ⑤ プールで感染したり、悪化したりするおそれのある感染症にかかっている人 (下記参照)
- ⑥ 喘息のある人
- ⑦ アトピー性皮膚炎の症状がひどい人
- ⑧ ひどく化膿した傷のある人

※上記以外でも、朝のお子様の様子がいつもと比べて良くない場合は、入水を見合わせるようにご協力ください。

《プールの時期に流行しやすい感染症》

病名	咽頭結膜熱	流行性角結膜炎	膿痂疹 (のうかしん)
通称	プール熱	はやり目、プール性結膜炎	とびひ
病原菌と症状	アデノウイルス (3型7型) ○白目が赤くなりゴロゴロする感じに、涙が出る。 ○高熱 (38~39℃) が出て、のどが腫れて痛い。 (夏かぜの ような症状) ○プール以外でもうつる。	アデノウイルス (8型) ○まぶたの裏や白目が赤くなり、ブツブツができる。 ○まぶたがはれる。 ○涙や目やにがたくさん出る。 ○耳の前のリンパ腺が腫れる。 ○病気のあと、黒目に濁りがでて視力が落ちることもある。	ブドウ球菌 ○米粒大から親指頭大の水ぼうがができる。なかみは淡黄色で、簡単に破れて、びらん面をつくる。
感染経路	つば・くしゃみ・目やになどでうつる。	目やにや涙などでうつる。	水ほう内容物の接触でうつる。
予防	○ 早期発見 ○ 水泳前後の手洗い、洗顔、洗面、シャワー ○ タオルやハンカチなどの貸し借りはしない		
出席停止期間	主な症状が消えて、2日間は登校できません。	主治医が感染のおそれがないと認めるまで(プールも医師の許可が必要です)	出席停止にはなりませんが、他の子へうつる可能性があるのので、プールは控えましょう。