

ほけんだよい

☆おうちの人と一緒に読みましょう☆

鴻巣市立小谷小学校
保健室
平成30年6月1日号

じめじめした梅雨も健康ですごすために



6月4日はプール開き！

プールに入る日の注意

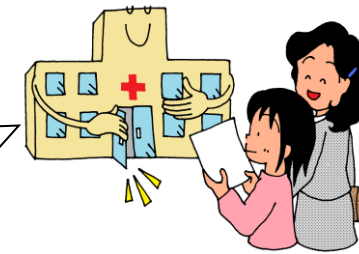


平成30年度定期健康診断の結果から

4月から実施してきた定期健康診断も、残りあと少しとなりました。保護者のみなさまには、保健調査票など種々の書類の記入や提出をはじめ、様々なご協力をいただき、ありがとうございました。

健康診断の結果から、受診が必要とされたお子さんには「結果のお知らせ」を配付しています。通知が届きましたら、早めに医療機関の受診および治療をすすめ、その結果・経過について学校までお知らせください。

(※学校の健康診断は「スクリーニング」のため、受診の結果『異常なし』となることもあります。ご承知おきください。)



○発育測定(各学年男女別平均値)

身長：cm 体重：kg

学年	1年生		2年生		3年生		4年生		5年生		6年生	
項目	身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重
男子	115.0	20.9	122.4	23.6	128.0	25.6	134.2	32.4	138.1	31.5	151.4	41.6
女子	117.6	22.5	124.4	25.0	126.9	26.3	133.8	29.3	139.8	36.5	151.3	43.2

お子さんの成長には個人差があります。『急に体重が減った又は増えた』『身長がほとんど伸びていない』など、お子さんの成長にご心配なことがありましたら、『成長曲線』でお子さんの成長の様子を見ることができますので、保健室までお知らせください。

○眼科検診・耳鼻科検診・聴力検査

眼科・耳鼻科の疾患がある場合、症状によってはプールに入ること悪化してしまう場合があります。また、聴力は聴こえづらい原因が、中耳炎や耳垢栓塞などが原因でおこっている場合もあります。耳鼻科や眼科における受診のお知らせが届きましたら、プール学習が本格的に始まる前に医療機関の受診をお願いします。



○視力検査

- A(1.0以上)：**勉強や運動をするのに十分な視力です。
※ただし、遠視などで矯正が必要な場合もあります。
- B(0.9~0.7)：**日常生活には支障がありませんが、近視・遠視・乱視などの疑いがあります。
- C(0.6~0.3)：**眼科で詳しく検査をする必要があります。
- D(0.3未満)：**眼鏡が必要です。眼科で検査を受け、先生の指示に従いましょう。

黒板の字がきちんと見えていますか？眼鏡を使っている人は、自分の目に合っていますか？
見えづらいものを無理に見ようとすると、目が疲れてしまいます。疲れ目は頭痛や肩こり、集中力の低下など、体調にも影響しますので、見えづらさを感じたら眼科で検査を受けましょう。

保護者の皆様へ

注意！麻しん(はしか)の流行

今年度に入り、国内で麻しんの発生が報告され、埼玉県でも4月に1名の発生が確認されています。麻しんは感染力の非常に強い病気です。現在の小学生は就学前に2回、定期予防接種を受けているので心配ないといわれていますが、平成30年2月から県内では20代~40代に発生が確認されています。予防の手立ては、ワクチン接種しかないようです。保護者の方の感染予防も大切になりますので、流行状況の情報を確認して対応していただきますようお願いいたします。

麻しん(はしか)について

1 症状等

感染すると約10日後に発熱や咳、鼻水といったかぜのような症状が現れ、2~3日熱が続いた後、39℃以上の高熱と発疹が出ます。肺炎、中耳炎を合併しやすく、患者1,000人に1人の割合で脳炎を発症するといわれています。

2 感染経路

感染経路は、空気感染、飛沫感染、接触感染で、その感染力は非常に強いと言われており、感染力が強い時期は、発症の1日前から解熱後3日後までとされています。

免疫を持っていない人が感染するとほぼ100%発症し、一度感染して発症すると一生免疫が持続するといわれています。

現在、1歳(第1期)と小学校入学前年度(第2期)に、MRワクチンの定期予防接種を実施しており、予防接種をしていれば感染するリスクは少なくなります。

ほけんだより

鴻巣市立小谷小学校
保健室
平成30年6月5日
歯と口の健康週間号

★平成30年度歯科健診結果（むし歯保有者数）★

学年	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	全体
人数(人)	2	0	2	6	5	2	17
割合(%)	9.5	0.0	11.1	22.2	23.8	15.4	15.2



今年度のむし歯治療率は、6月4日現在で**41.2%**、**7人**が治療を済ませています。
治療率100%を目指していますので、まだ受診していない人は、すぐに歯科医院を受診しましょう。

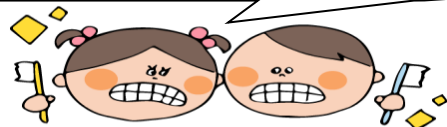
6月5日(火)の全校朝会でむしばゼロクラス・治療完了クラスを表彰しました!

むし歯ゼロクラス：**2-1**
※昨年度に引き続き2年連続です!



むし歯治療完了クラス：**1-1**

2年生は今年度も歯科健診の結果、むし歯があった人がひとりもいませんでした。
引きつづき、歯と口の健康に気をつけて、6年間むし歯ゼロクラスを目指しましょう!



6月5日(火)の全校朝会で6年間むしばゼロ児童を表彰しました!

小林 優真 さん 二井 さくら さん 横丁 健太 さん

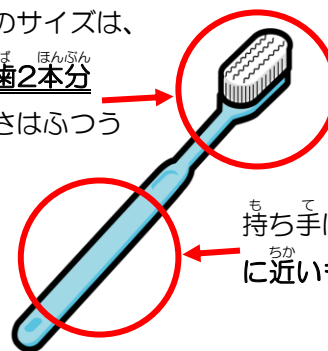


11月8日(いい歯の日)には、治療率100%を達成したクラスを『むし歯ゼロクラス』として表彰します!



●ハブラシを選ぶときは・・・

ブラシのサイズは、
上の前歯2本分
毛の硬さはふつう



持ち手は、**まっすぐ**
に近いもの

●ハブラシのケアも忘れない!

☆はみがきのあとは、きれいにすすいで水分をとり、風通しの良いところで保管する。
☆交換は1か月に1回。見た目は大丈夫でも、ブラシの力が弱くなっています。



保健委員会の児童がハブラシチェックを実施しました!



6月4日(月)にハブラシとコップのチェックをしました。毛先が広がっていた人は交換しましょう。

今週は給食後のはみがき強化週間です。食後は必ず歯みがきをしましょう!



毛先は**大丈夫**
かな・・・?

