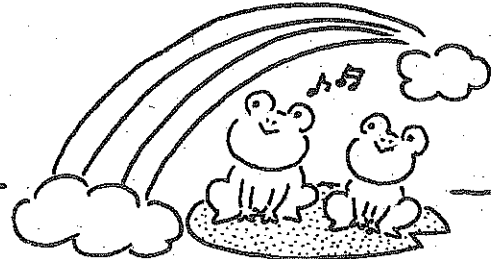


ほけんだより 6月号

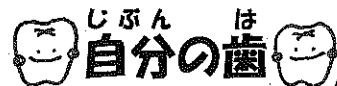
No.6
2024/6/11
真野北小学校
保健室より

みなさん、先週の学習発表会はおつかれさまでした♪ 少しきんちょうしながら体育館に向かうすがた、心をついに、楽しみながら一生けん命頑張るすがた、練習した成果が出せて達成感でいっぱいのがたなど、それらのすがたの中でいろんなみなさんの表情を見ることができてうれしかったです。さて、6月は梅雨の時期です。暑い日があったり、肌寒い日があったりと気温の変化が大きい季節です。体が疲れやすかったり、雨ばかりで気持ちもどんよりすることもあると思いますが、リフレッシュすることも大切に、体調に気をつけて元気に過ごしましょう。

1. 2年生の合唱「にじ」のように、雨の後はきれいな「にじ」が見られるかもしれないですね！



大切にできているかな？

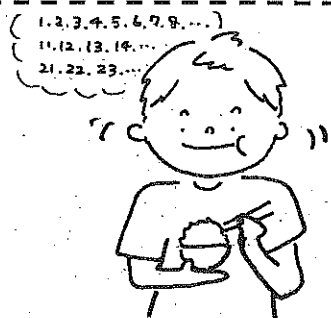


みなさん、毎日食後のみがきはできていますか？
6月は、歯科検診があります。ていねいなみがきで、むし歯ゼロを目指しましょう！

よくかむといいことあるよ！

かむとよいこと

- ・だ液がたくさん出て、むし歯予防に！
- ・食べ過ぎを防いで肥満予防！
- ・あごを動かすしげきで脳を活性化！



「ひと口30回」を目標にしよう！

かむ回数をふやすために

- ・汁物や水などで「流し込み食べ」をしない
- ・テレビやゲームをしながら「ながら食べ」をしない
- ・かみごたえのあるものを食べる

8020(ハチマルニイマル)運動ってなに？



8020

「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。20本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足することができると言われています。一度生え変わった歯は、一生もの。今、自分の歯や口を大切にすることは、何十年も先の「元気のもと」になるのです。

胃腸かぜ(感染性胃腸炎)に注意しよう！

気温や湿度が高くなる
これからの時期は
食中毒にも要注意！



対策



・とにかく手洗い・うがい！



・食材をしっかり加熱して、残ったものはすぐに冷蔵庫や冷凍庫に。



・嘔吐処理をするときには、マスク、手袋をつけ、塩素系の消毒液で約半径2mを消毒。

外からかえったとき！
食べる前！
トイレの後！
石けんぞ!!

おうちの方へ

○健康診断の結果から

いつもお子様の健康管理にご協力いただきありがとうございます。健康診断後、受診が必要とされたお子様には、個別にお知らせをさせて頂いております。すでに受診完了のお知らせをたくさん頂いております。ご協力ありがとうございます。内科、眼科、耳鼻科につきましては、疾病によってはプールに入れない場合もありますので、できるだけ早い受診をお願いいたします。

○歯科検診の結果のお知らせで「不正咬合」の所見があったお子様について

不正咬合とは、歯並びやかみ合わせの問題のことです。しかしながら、学校で行う歯科検診はスクリーニング検査であり、「診断」をするものではありません。そのため、まずは学校歯科医やかかりつけ歯科医への受診・相談をおすすめします。その後、矯正専門医への紹介となる場合もあります。なお、矯正専門医を受診される場合、矯正治療は全額保健適応外となるため、相談だけであっても初診時より治療費(自費)が発生する場合があります。

○就学援助費の医療費制度について

令和6年度の就学援助費を申請された児童生徒の保護者の方で、学校検診を受けられた結果、学校保健安全法に定める疾病にかかり受診が必要な場合に医療費の一部を援助する制度がありますのでご案内します。詳細につきましては、以下の疾病の所見が見られたお子様の保護者様に、検診結果とともにお知らせいたします。

(学校保健安全法に定める疾病)

- ・トラコーマ及び結膜炎(※アレルギー結膜炎は対象外です。)
- ・白癬、疥癬及び農加疹
- ・慢性副鼻腔炎及びアデノイド
- ・う歯(治療法の限定なし)
- ・中耳炎(急性や慢性・滲出性を問わない)
- ・C〇(う歯の疑いがある)