

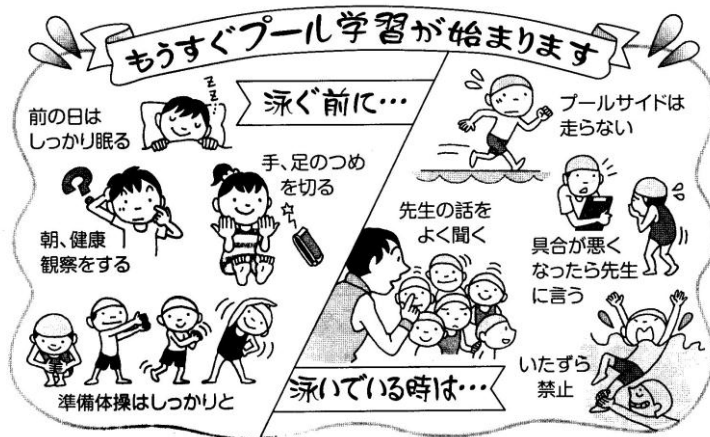
ほけんごよけ



南が丘小学校 保健室

平成29年5月31日

まもなく梅雨の時期を迎えます。蒸し暑くて汗が出る日もあれば、半そでだと肌寒いときもあります。気温に合わせて、脱いだり着たりできる服を選んで、上手に調節しましょう。



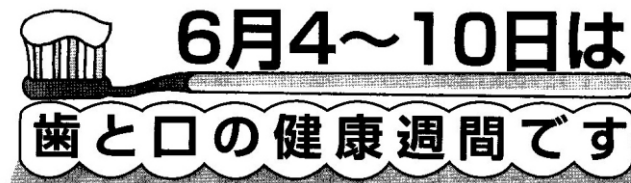
さっそく、水泳の授業が始まります。体力を消耗しますので、十分な睡眠を心がけ、朝ごはんを必ず食べましょう。おうちの方の健康観察もよろしくお願い致します。

保護者の方へ

- 汗を拭くタオル、十分なお茶を忘れずにお願いします。
- 雨の日は、長靴を履いていても、登校中に靴下がぬれてしまう子もいます。
替えのくつ下とタオルを持たせてあげてください。
- 乾燥や湿気、気温差、紫外線、虫さされなど、さまざまな原因で皮膚の疾患にかかりやすい時期です。水で広がる感染症や、水や消毒剤で悪化するものもあります。疑わしいときは、水泳が始まる前に「参加可能かどうか」を皮膚科でご相談ください。
- 水泳の前に、頭じらみの卵がないかどうか、お子さんの髪をチェックしてください。
- 健康診断の結果、眼科や耳鼻科など、受診の必要がある人にはお知らせさせていただきました。すでにかかりつけ医等へ受診中の場合は、保護者の方がその旨記入して、受診報告書を提出ください。

6月の保健行事

1日(木) 内科検診(1, 2, 3年生) ※色覚検査(3年生以上の希望者)も
15日(木) 尿2次検査 6月中に行う予定です。



1年生を対象にした歯の保健指導や、保健委員会の児童による「歯のクイズ」などを予定しています。歯と口の健康に関心を持ってもらえたらいいなあと、思っています。この機会に、おうちでもお子さんの歯の状態や、歯みがきの様子をチェックしてあげてください。

歯科検診の結果、歯のみがき方が不十分だった人もいました。利き手や歯並びの違いで、「みがきやすいところ」と、「みがきにくいところ」があるので、ついつい「みがきやすいところ」ばかりをみがいてしまいがちです。

時々、歯みがきの時に鏡を見ながら、「みがきにくいところ」に歯ブラシが当たるように意識してみがいてみてください。



流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）にご注意ください



5月に入って、ポツポツと流行性耳下腺炎にかかる人が出ています。おたふくかぜともよばれ、耳下腺などの唾液腺が腫れ、痛みと発熱を伴う感染症です。潜伏期間が主に16～18日と長いです。無菌性髄膜炎や難聴などの合併症を起こす場合もありますので、注意が必要です。出席停止になりますので、病院で診断されましたら、学校へ連絡をお願いします。