



令和5年6月16日
手良小学校 保健室

雨上がりに空を見上げた時、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。日本では虹は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、国や文化、人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。



★1学期の健康診断が終わりました★

【内科検診*下條先生】

『外反母趾』の傾向にあると言われた児童が数名いました。子どもの足も日々成長し大きくなります。定期的に靴のサイズ等を確認してください！



【歯科検診*茂木先生】

むし歯を保有する児童は減ってきていますが、歯肉炎の対策は必要です。これからも1本ずついねいに歯をみがくことや、定期的に歯医者さんにみてもらうことを忘れずに！

【耳鼻科検診*清水先生】

アレルギー疾患等は、引き続きかかりつけ医で経過観察をしてください。



【眼科検診*前沢先生】

前髪が長い児童が多く、気になります。視力低下や感染症の予防のために、対策をしてください。また、メガネをかけている児童は鼻メガネになっています。視力低下等を防ぐため、メガネを作ったお店で、定期的にフィッティングをしてもらってください。

★水泳学習がはじまります★

朝、必ず確認を

- ①寝不足ではありませんか？
- ②朝ごはんはしっかり食べられましたか？
- ③体の調子はわるくないですか？
- ④けがをしているところはありませんか？
- ⑤手足のつめは短く切っていますか？
- ⑥水着やタオルの準備はできていますか？

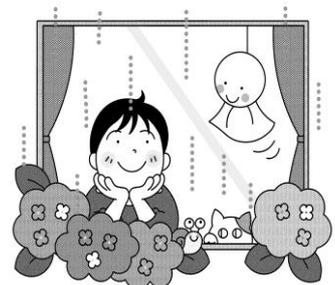


みんなが楽しく安全にプールに入れるように確認していきましょう！

★保冷剤・着替えの寄付の御礼★

先月、保冷剤とサイズアウトした洋服の保健室への寄付のお願いをしたところ、快くご提供くださり、本当にありがとうございました！

着替えについては随時募集をしておりますので、靴下や下着等も含め、保健室の着替えとしてご提供していただける場合は、いつでもご連絡ください。子どもたちのために、大切に使用させていただきます(*^_^*)



★7月は歯と口の健康週間★



7月3日(月)～7月7日(金)まで、歯と口の健康週間があります。

【今年度の取り組み】

- ①こども8020推進員育成事業の参加(学校歯科医 茂木先生によるご指導：4年生のみ)
- ②上伊那口腔保健センター 歯科衛生士さんによる歯科指導

7月4日(火) 1,2年生
7月5日(水) 3,4年生
7月6日(木) 5,6年生

【持ち物】

牛乳パックを半分に切ったもの
フェイスタオル、洗濯ばさみ、手鏡



染め出しを行うので
持ち物があります!
忘れないように準備を
お願いします!

- ③はみがきすごろく(クラスごと)
- ④はみがきカレンダー(終了後、おうちの方の感想をご記入ください)
- ⑤給食でのカミカミメニュー、図書館での歯と口の健康に関する本の紹介
- ⑥保健委員会による発表

★夏に多い子どもの感染症★



市内では、まだ新型コロナウイルスやインフルエンザの感染報告もある状況ですが、夏かぜと呼ばれる感染症も流行する時期です。症状があれば、早めに医療機関に受診・相談をしてみてください。

ヘルパンギーナ

38～40度の発熱、のどの痛み、
食欲不振、口の中の水疱など

手足口病

口の中、手のひら、指、足の裏の
水疱など

咽頭結膜熱(プール熱)

38～39度の発熱、頭痛、のどの
痛み、目の充血など

★7つのまちがいをさがそう★

脳トレになります! ご家族でチャレンジしてみてください!

