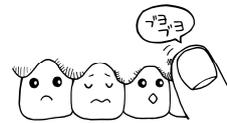




ほけんだより5月

No. 2 H30.5.11
鳥居松小学校保健室

毎日、きれいに歯をみがこう！



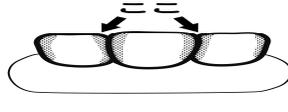
毎日「みがいている」けれど、「きれいにみがけていない」人はいませんか？「みがいている」「みがけていない」はちがいますよ。みがけていないと、歯垢が残り、むし歯ができたり、歯肉炎になったりします。

そこで今年度も、歯の検査前の1週間「歯みがきカード」でチェックをして、しっかりと歯をみがきたいと思います。ピカピカの歯と歯肉を学校歯科医の先生にみてもらえるようにしましょう。鏡を見て、1本1本ていねいにみがき、歯垢をきれいに落としましょう。

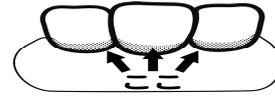
みがき残しが多いのは、ここ！！



おく歯のかみあわせ



歯と歯の間



歯と歯肉のさかい目

	歯みがきカード実施期間	歯の検査日
2・4・6年	5月25日(金)～31日(木)	5月31日(木)
1・3・5年	6月15日(金)～21日(木)	6月21日(木)



ねっちゅうしょうちゅうい 熱中症注意！

5月は、急に暑くなる日があります。体が暑さに慣れていないこの時期は、特に熱中症にならないように、注意が必要です。次のことに、気を付けましょう。

- 運動前後に、水分をとろう！
- 朝ごはんを食べてこよう！
- 早ね・早起きをして、たっぷりねむろう！
- 体の調子が悪いときは、無理して運動しないようにしましょう！
- 外に出るときは、ぼうしをかぶろう！



学校には、水筒にお茶をたっぷり入れて、持ってこよう！

「パンだけ」「ご飯だけ」ではなく、栄養バランスを考えてごはんの用意をおねがいます。



おうちの方へ

【内科・結核・運動器の検診日の変更について】

先日、学年だより・保健だより等で上記の検診日をお知らせしましたが、検診日を変更させていただきます。よろしくお願いいたします。

なお、22日は学校医の検診の最終日になります。事前に欠席される予定がある方は、早めに申し出ていただき、15日の検診日に受けていただきますようお願いいたします。

	誤	正
5月15日(火)	3・6年	1・5年
5月22日(火)	1・5年	3・6年

【色覚検査について】

色覚検査を希望されるお子さんには、個別で検査を実施します。

ご希望の方は、連絡帳で担任までお知らせください。

【学校保健委員会について】

学校保健委員会は、児童の健康課題解決に向けて、学校と保護者が学んだり話し合ったりする場です。今年度は、間瀬佳子先生をお招きし、アンガーマネジメント（怒りとの上手な付き合い方）について教職員と保護者で学びたいと思います。後日、参加申し込み用紙をお渡します。多数の参加をお待ちしております。

日 時：6月28日(木) 14：45～

場 所：図書室（参加人数により変更の可能性があります。）

【麻しん（はしか）の流行について】

愛知県では4月11日に沖縄旅行帰りの者で麻しん患者が発生し、その後4月26日現在で10例の患者が報告されています。

連休中に遠出をされた方も多いと思います。麻しんは、潜伏期間が約10～12日ありますので、今後、症状が出た場合、適切な対応をお願いします。

麻しんは、麻しんウイルスによって引き起こされ、空気感染、飛沫感染、接触感染により、ヒトからヒトに感染が伝播します。その感染力は、非常に強いと言われており、免疫をもっていない人が感染するとほぼ100%発症すると言われてしています。

約10～12日の潜伏期間の後、38℃前後の発熱が2～4日続き、咳や鼻水といった風邪のような症状が出ます。その後、少し体温が下がり、再び高熱（多くは39℃以上）が出るとともに、発疹が出現します。発疹出現後3～4日間で解熱し症状は軽快、合併症のないかぎり7～10日後には症状が回復します。

＜症状が出た場合の対応＞ 発熱・発疹等の症状から「麻しん」が疑われる場合は、必ずマスクを着用し、事前に医療機関に「麻しんかもしれない」ことを連絡の上、速やかに受診してください。また、受診の際は、周囲の方へ感染を拡げないよう、公共交通機関等の利用を避けてください。心配なことがありましたら、最寄りの保健所（春日井保健所 電話 31-2133）にご連絡ください。

なお、麻しんの予防接種歴がない方には、ワクチン接種が推奨されます。