



ほほえみ

R5. 6. 1
福井市啓蒙小学校
保健室

蒸し暑い日があると思えば、肌寒くなる日もあり、寒暖差の大きな時期です。これから梅雨に入るとジメジメした日が多くなると思います。衣服や生活習慣を整えて、体調を崩さないようにしてほしいです。熱中症の予防にも配慮をお願いします。

＜身体計測の結果より＞

4月		1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	身長	117.8	121.1	129.3	134.8	140.6	146.9
	体重	22.5	24.0	28.2	31.4	35.6	40.9
女子	身長	118.4	124.3	127.9	131.9	141.2	148.2
	体重	22.9	25.7	26.6	29.9	35.5	41.0

学年が上がるにつれて、どの児童も身長体重ともに成長しています。規則正しい生活を心がけ、心も体もすくすく成長してしてほしいものです。



＜歯科検診結果より＞

- 今年度、**53人**の児童がむし歯を保有していました。
- むし歯を保有している児童は全体の13%です。
- むし歯が見つかったら、すぐに歯医者に行き、治療をしてもらいましょう。
- 現在、治療勧告書の回収済み人数は**5人**です。
※まだ治療の済んでいない方は早めに受診をお願いします。



むし歯治療勧告者	
1年	7人
2年	7人
3年	9人
4年	13人
5年	9人
6年	8人
合計	53人

6月の保健目標「歯を大切にしよう」

6月の体重測定後、歯の保健指導を行います。年1回、口の中をじっくりみる時間を大切にしています。磨いてはいるけれど、毎日のことと思っておろそかになっている児童が多いようです。

「鏡をみながら、3分間、
一本一本丁寧にみがく！」を



心がけましょう。ご家庭でも、お子様のお口の中の様子を見ていただけるとありがたいです。



みがいた後は、鏡でチェックして、舌でさわってチェック





◆◆プール学習が始まります◆◆

6月20日（火）からプール学習が始まります。水泳は、

- ① 全身の筋肉をバランスよく使える
- ② 皮膚がきたえられる
- ③ 心臓や肺のはたらきを高める など、いろいろな点で体によい運動です。



ただし、水泳の授業はいつもの体育の時間より体力を使います。また、普段と違った環境で体を動かします。安全に参加するために、日頃から生活リズムを守り、体調を万全に整えることがとても大切です。

▼家ですること

□前の日は早く寝る



□朝ごはんをしっかり食べる



□手足の爪を切っておく



□耳あかをとっておく



次のようなときなどは、プールに入ることができません。おうちの人や先生に相談しましょう。

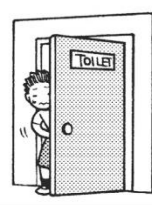
熱がある



頭がいたい



げりをしている



傷がある



目が赤い、かゆい



はき気がする



このようなときにプールに入ると、さらに体調が悪くなったり、かかっている病気を人にうつしたりします。

- 病気の例**
- ・咽頭結膜熱（プール熱）
 - ・流行性角結膜炎（はやり目）
 - ・腸管出血性大腸菌感染症

- ・急性外耳炎・中耳炎
- ・伝染性軟属腫（水いぼ）
- ・手足口病
- など

後日、「プール学習健康観察カード」を配付します。プール学習がある日のお子様の健康状態とプール学習参加の可否について、「プール学習健康観察カード」を通して、お知らせしていただくこととなります。尚、カード忘れ、カードを持ってきたが一切記入していない場合は、プールに入ることができません。プール学習がある日は、忘れずに記入し、押印し、担任に提出していただきますよう、よろしくお願いいたします。

プール学習 健康観察カード

年 組 名前

●プール学習がある日の前日、当日の健康状態（プール・陸上）を記入して、担任または先生にご確認ください。

●記入の際は、必ずプール学習参加の可否（参加・不参加）を「参加」「不参加」のいずれかを記入し、健康観察カードを「出席」の欄に提出してください。

期	日	健康状態	参加可否	出席	欠席
6月	20日	◎ 良好	参加		
6月	21日	◎ 良好	参加		
6月	22日	◎ 良好	参加		
6月	23日	◎ 良好	参加		
6月	24日	◎ 良好	参加		
6月	25日	◎ 良好	参加		
6月	26日	◎ 良好	参加		
6月	27日	◎ 良好	参加		
6月	28日	◎ 良好	参加		
6月	29日	◎ 良好	参加		
6月	30日	◎ 良好	参加		

