



ほほえみ

R6. 6. 6
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	115.7	123.6	126.6	134.4	140.9	146.7
	体重	20.6	25.1	26.6	31.6	35.2	39.8
女子	身長	114.8	124.3	130.2	133.5	137.7	147.2
	体重	20.6	25.1	28.7	29.9	33.4	40.2

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ほしいものです。



<歯科検診結果より>

- 今年度、46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12%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、治療勧告書の提出済み人数は3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	5人
2年	12人
3年	6人
4年	10人
5年	6人
6年	7人
合計	46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、毎日のことと思い、おろそかになっている児童が多いようです。

「**鏡を見ながら、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**  **舌でさわってチェック**





◆◇フール学習が始まります◆◇

6月20日（木）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。

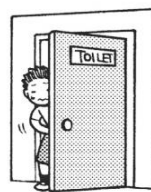
熱がある



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）
- ・腸管出血性大腸菌感染症
- ・急性外耳炎・中耳炎
- ・流行性角結膜炎（はやり目）
- ・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になります。

尚、カード忘れや、カードを持ってきても記入もれがある場合は、プールに入ることができません。プール学習がある日は、忘れずに保護者が記入・押印し担任に提出していただきますよう、よろしくお願い致します

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、お父様・お母様に記入いただき、プール学習当日に持参していただくこととなります。

●記入の際は、お子様の健康状態を確認し、記入してください。

項目	健康	プール学習	健康観察	健康観察	健康観察
1	○ 良好	○ 参加			
2	○ 良好	○ 参加			
3	○ 良好	○ 参加			
4	○ 良好	○ 参加			
5	○ 良好	○ 参加			
6	○ 良好	○ 参加			
7	○ 良好	○ 参加			
8	○ 良好	○ 参加			
9	○ 良好	○ 参加			
10	○ 良好	○ 参加			

