

令和3年6月30日
巽小学校保健室第5号

雨が降って、すずしい日だと思ったら、次の日は急にむし暑くなるようなこの時期は、熱中症に注意が必要です。保健委員会では、大休けいと昼休けいの暑さ指数を、毎日放送でお知らせしています。外での遊びや室内での過ごし方など、放送をよく聞いて、熱中症に注意しながらすごしてください。

保健室では、OS1や、塩分チャージを準備していますが、必ず水筒をもってきてください。



6/4 全国小学生歯みがき大会でした!

この歯みがき大会には、毎年5年生が参加し、DVDを見て、むし歯の様子や歯周疾患について学びます。本来なら、正しい歯の磨き方やデンタルフロスの使い方を実際やってみますが、今年は感染症予防のため、ドリルとDVDで学びました。『歯垢をとる』ことが、むし歯予防や歯周疾患にならないために大事であると、あらためて確認できたよい機会になりました。

歯みがき大会の写真

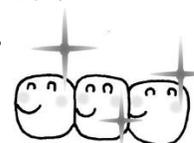
歯科検診終了後、歯科医の先生から・・・

「むし歯予防デーがいつか知っていますか? 6月4日だと思ったら、大間違い! むし歯予防デーは1日だけではありません。365日、毎日がそうです。

歯みがきをしたら、歯は輝きます。それに歯をみがくことで、むし歯や歯周病が予防できて、歯は長持ちします。

ていねいにみがいてください!」と、お話をいただきました。

みなさん、この機会に、自分の歯をしっかりと観察してください。あなたの歯は輝いていますか?



ちょっとずつ+こまめに/ 夏の水分ほきゅう

この時期、今までより気をつけたいのは、やはり熱中症! 予防法として「水分補給」があることは、みなさんも知っていると思いますが、水分は『ちょっとずつ』『こまめに』とることがポイント! 暑くなって、汗をたくさんかくと体の中の水分が出ていきます。「のどがかわいた」と感じたときは、実際には、もう足りなくなっています。また、いっぺんにたくさん飲むと、お腹が痛くなってしまふこともあるので、夏の水分補給は『ちょっとずつ』『こまめに』が大事です。



心肺蘇生法の訓練を行いました!

水泳授業が始まるにあたり、職員全員心肺蘇生法の訓練を行いました。水泳は全身を鍛える運動ですが、一瞬間違えると危険な運動でもあります。事故のないよう水泳授業に取り組んでください。

訓練の写真

～おうちのかたへ～

◎けんこうのきろくを持って帰ります

お子さんの成長の記録を、ご確認ください。確認後、保護者印欄に押印していただき、学校へお返しく下さい。

◎各検診後、受診が必要なお子さんには、治療票を渡しています。

治療が終わりましたら、治療票を学校へお返しく下さい。視力手帳は、保護者印欄がありますので、押印してお返しく下さい。

◎子ども達は、体育の時間や休憩時に汗びっしょりになりながら、体を動かしています。汗をそのままにしていると、かゆみや臭い、また、体が冷えて体調を崩してしまうことも考えられます。

水分補給のための水筒、汗ふきタオル、着替え等の準備をお願いします。

6月の保健室利用状況



288人



38人

- すりきず 46人 きりきず 4人
- ねんざ 10人 つきゆび 15人
- うちみ 63人 まめ 5人
- 頭のけが・こぶ 29人
- つめる 16人 目のけが 4人
- 歯・口のけが 7人 虫さされ 16人
- 鼻血 12人 とげ 3人
- 湿疹・かぶれ 6人 爪のケガ 5人
- 以前のケガ 23人 その他 24人

- しんどい 19人
- あたまがいたい 8人
- おなかのいたい 9人
- その他 2人

スクールカウンセラーの先生が、7月13日(火)、8月31日(火)、9月14日(火)の11時45分～16時45分まで、本校に来てくれます。なにかお話をしたいことがある時は、保健室または、担任の先生に連絡してくださいね!