

保健だより

平成24年6月5日
江戸川区立大杉第二小学校
校長 土上 智子
養護教諭 岡田 茉里

運動会も終わり、これから蒸し暑い日が多くなります。今月からプールも始まります。けがや事故を防ぐためにも朝ごはん、睡眠はしっかりとってくるようによろしくをお願いします。

さて、6月4日(月)～10日(日)は「歯の衛生週間」です。今月号の保健だよりには歯磨きのコツを掲載しています。御家庭での歯磨き時に御参考にしていただければと思います。



6月の日程表

日付	検診項目	対象学年	時間
11日(月)	脊柱測わん健診(モアレ健診)	5年生・抽出者	13:00～14:30

5月の感染症情報

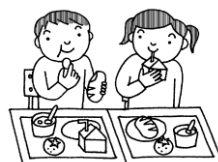


- ・ 溶連菌
- ・ 感染性胃腸炎
- ・ プール熱
- ・ 水痘
- ・ おたふくかぜ

【流行性耳下腺炎について】

5月中旬から流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)が何件か発症しています。流行性耳下腺炎はムンプスウイルスが原因です。飛沫感染や接触感染で潜伏期間は2～3週間と言われています。突然の発熱、両側あるいは片側の耳下腺の腫れと痛みで始まります。

予防にはワクチン接種が第一です。感染すると髄膜炎などの様々な合併症を引き起こします。首や耳の後ろの痛みを訴えた場合、すぐに病院を受診するようにお願いします。



梅雨時は食中毒にご用心！！

5月14日(月)～5月18日(金)にかけて保健委員が各クラスに「①手を洗いましたか。②ハンカチでふきましたか。③消毒をしましたか。」という調査をしました。大半の子供たちは、しっかり手を洗い、ハンカチで手をふき、消毒をしていましたが、中には給食前なのに手を洗っていない、ハンカチを使っていない子供たちもいました。「食中毒(感染型食中毒)」は、原因となる細菌が食物と一緒に体内に入り、細菌自体やそれが出すによって胃腸などに障害を引き起こされることをいいます。主な症状は腹痛・発熱・下痢・嘔吐などです。症状が現れるまでの時間は様々で、遅いものでは体内に入ってから3日後くらいに発症するものもあります。以下の3点にお気をつけください。

① 菌をつけない

- ・ 調理・食事の前、トイレに行った後には石けんで手を洗う。

② 菌を増やさない

- ・ 調理したものは、なるべく早めに食べきるようにする。

③ 菌を殺す

- ・ 調理の際、食材は中心部まで十分に火を通すようにする。



水泳指導が始まります！！



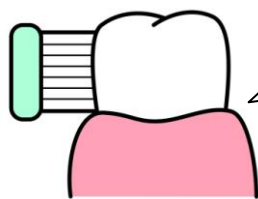
6月に入り水泳指導が始まります。楽しく安全に学習できるように、体の準備を整えておきましょう。耳や目の治療証明書は出しましたか。耳や目の疾病が発見されたら必ず病院を受診し、治療完了の証明書を提出してください。無理にプールに入ると、疾病が悪化するおそれがあります。特に「**耳垢栓塞**」と診断された児童は、**治療証明書がないとプールに入れません**。必ず、耳鼻科を受診し、治療完了の証明書を提出してください。

歯みがきの再チェックを！！

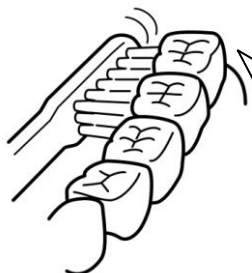


200グラムくらいの力で歯をみがく。はかりで計ってみてください。

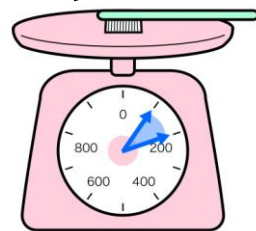
✓① 歯ブラシの使い方



歯と歯ブラシは直角になるようにあてる。



歯ブラシはこきざみに動かそう。



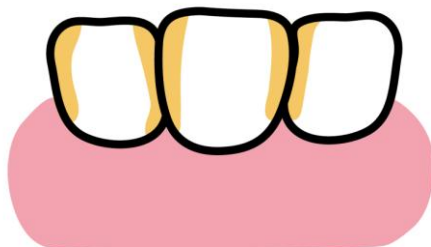
✓② みがき残しが多い場所



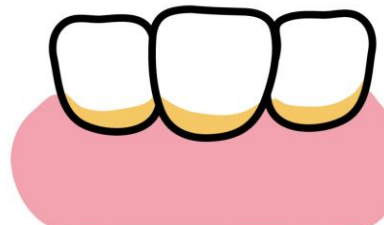
奥歯のみぞ

歯ならびがデコボコしているところ

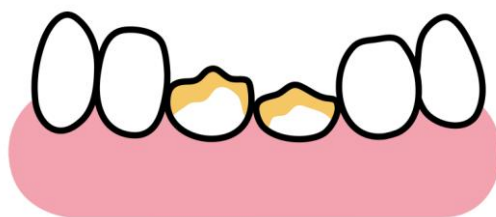
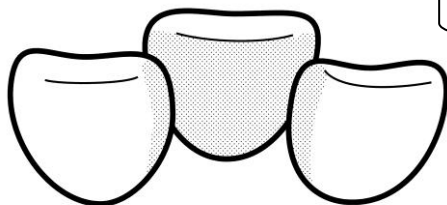
歯と歯の間



歯とはぐきのさかい目



歯が低いところ



いい歯でいい笑顔😊



治療から予防へ…

定期的に歯科医院へ通おう！

