

ほけんだより

令和7年3月4日 No. 12
江戸川区立篠崎第五小学校
校長 山田勇一郎
主任養護教諭

吹く風には冷たさが残るものの、教室に入る日差しには暖かさを感じるようになりました。

区内や本校で広がりを見せたインフルエンザ感染症も落ち着きを見せ始めましたが、学級閉鎖の報告は、今も続いています。

気温の変動も激しいため、体調が崩れやすくなります。生活リズムを整えて、締めくくりの3月を元気に過ごせるようにしていきましょう。引き続き、こまめな手洗いやうがい、換気など感染症対策を進めていただくよう御家庭の御協力をよろしくお願いします。そして、新たな気持ちで新学期を迎えることができますよう心身の健康管理を進めていきましょう。



2/25(火)卒業を祝う会 1年生～5年生が6年生にお祝いのメッセージを送りました。

3月

ほけんもくひょう
保健目標

けんこうせいかつ ふ かえ

健康生活を振り返ってみましょう。



一年間、健康に過ごすことができましたか。これから新しい学年に向けての準備期間に入ります。頑張ったことややり切ったこと、少し後悔していることなどたくさんの出来事があったことと思います。今年度の振り返りをして、新年度に向けて準備を進めましょう。



ねんかん けんこうせいかつ ふ かえ
..1年間の健康生活を振り返りましょう..

せいかつしゅうかん
生活習慣

- はやね はやお 早寝・早起き
- あさ ごはん 朝ごはん
- バランスのよい食事しよくじ
- てきど うんどう 適度な運動



びょうき よぼう
病気の予防

- しょくご は 食後の歯みがき
- てあらう 手洗い・うがい
- へや かんき 部屋の換気
- いふく ちょうせつ 衣服の調節



こころ けんこう
心の健康

- きもちのよい あいさつ 気持ちのよい挨拶
- とも 友だちにやさしくする
- ストレスをためない
- じぶん 自分をほめてあげる



できているか、□にチェックを入れてみましょう。できていないところは、来年度らいねんど頑張がんばりましょう。

保健室の1年間 (令和6年度 4/8~2/28 まで)

※来室者数 **1166人**
(令和5年度 1050人)

★体調が悪くなって、保健室を利用した人

318人 (昨年度は286人)

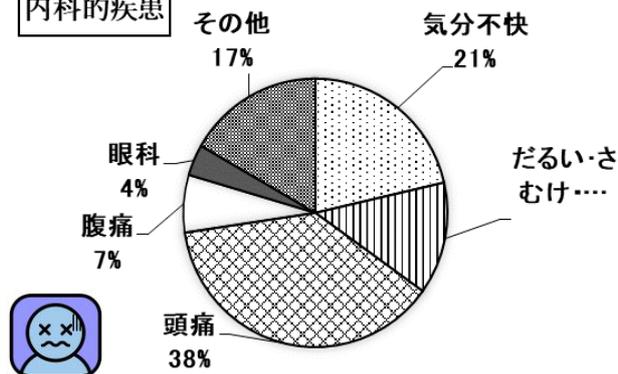
- ★一番多かった症状は・・・①頭痛 120件
②気分不良 68件
- ★来室が一番多かった月は・・・12月

★けがの手当てで、保健室を利用した人

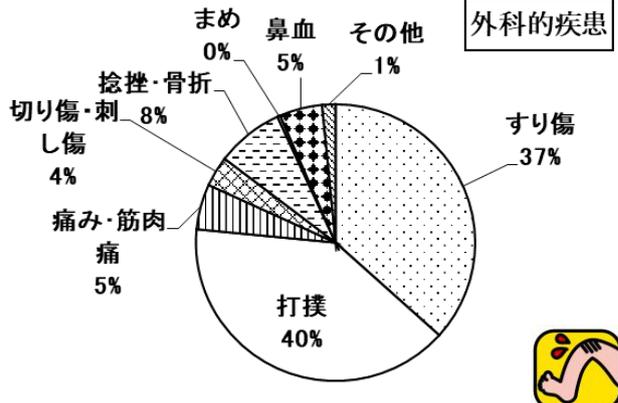
848人 (昨年度は764人)

- ★一番多かった負傷は・・・①打撲②擦り傷
- ★来室が一番多かった月は・・・2月、108件
- ★けがが多かった場所は・・・校庭、445件

内科的疾患



外科的疾患



来室件数は、内科的疾患と外科的疾患を合わせて**1166件**ありました。昨年度は、同期間で1050件の来室だったため**116件**来室者が増えています。(内科的疾患で32件、外科的疾患で84件、来室者が増えています。)外科的疾患では、休み時間の校庭でのけがが一番多かったですが、擦り傷よりも人や障害物等への衝突による打撲の負傷がたくさんありました。続いて、体育の授業中のけがが多く見られました。

遊びや生活の中で、体を動かす場面を多く作り、場に合わせた行動がとれるよう柔軟性を養い、けがから身を守る方法を身に付けていくことが大切になります。

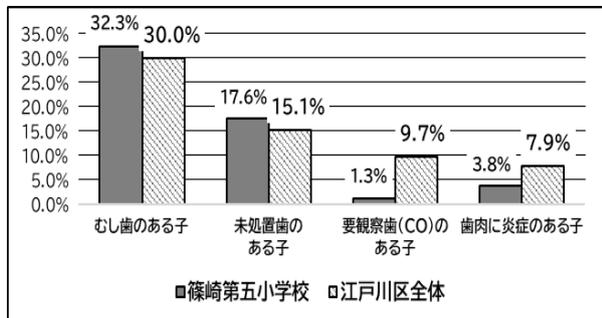


令和6年度 学校歯科検診結果のお知らせ

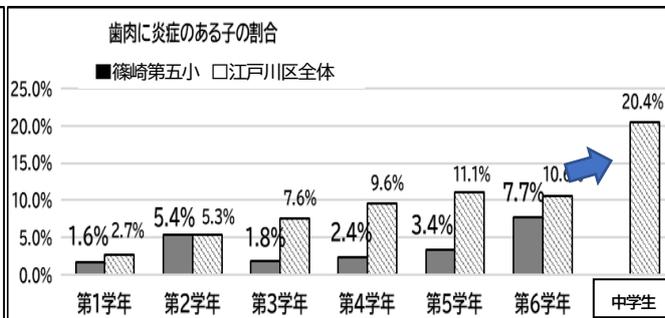
令和6年度歯科検診結果をお知らせいたします。学校で行う歯科検診の結果を江戸川区健康サービス課歯科衛生士の皆さんが学校ごとのデータを毎年、分析して下さいます。



① 江戸川区全体との比較



② 歯肉に炎症のある子の割合



本校のむし歯のある子の割合は、令和5年度が36.9%で、令和6年度は32.3%でした。令和5年度から令和6年度に4.6ポイント減少しました。江戸川区と比較すると2.3%本校の方が高くなっています。むし歯にしない食生活を送ることが一番ですが、かかりつけ歯科医による定期的な検診を進め、むし歯が見つかった場合は、早期に治療を行うことが大切になります。また、高学年になると歯肉に炎症のある子が増加しています。歯肉の炎症は、歯みがきで改善できます。歯ブラシの他にデンタルフロスの使用もおすすめです。特に生え変わりの時期は、みがき残しが多くなりやすいため、歯みがきの方法をかかりつけ歯科医で相談することも有効です。