

令和7年6月号
和良比小学校保健室

がつ ほけんもくひょう
6月の保健目標

は たいせつ
歯を大切にしよう

梅雨の季節になりました。雨の日が続くと、外遊びが出来ず体を動かすことが出来なかったり、なんとなく体がだるくなったりと体も心も元気を保つことが難しくなります。運動会や水泳授業もあり、忙しい日々です。雨の日でも出来るストレス発散法を見つけ、元気に6月を乗りこえて欲しいです。



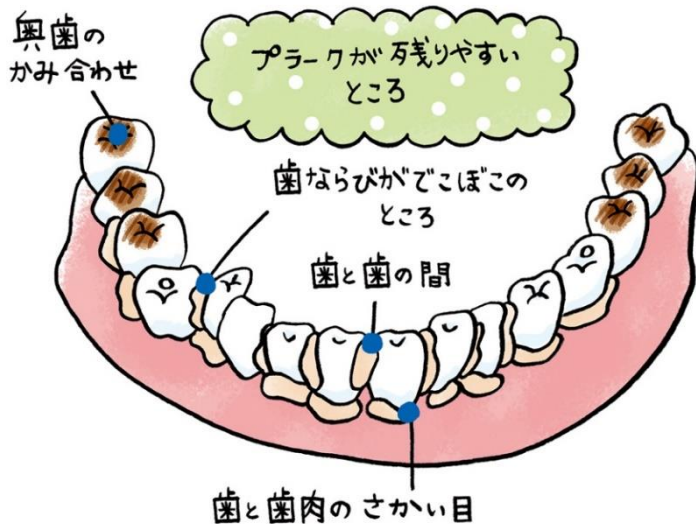
6月4日～10日は
歯と口の健康週間

いつまでやる？「しあげみがき」

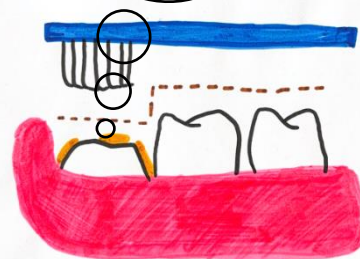


学校歯科医さんに聞いてみると、小学6年生までは「しあげみがき」が大切であるとのこと。なぜなら、乳歯から永久歯に生え替わる時期は、歯がデコボコになってしまい磨きにくくなってしまいます。また、萌出したばかりの歯は、他の歯よりも低く、歯ブラシを当てづらいことや、酸に弱いためにむし歯になりやすいと言われています。

歯の生え替わる小学生の大切な時期に、週に1回でも「しあげみがき」をオススメします。



生え替わりにより萌出したばかりの歯や、第一大臼歯には
歯ブラシが当てづらい
磨くのが難しいです。



今年度も校内でお昼の歯みがきに取り組んでいます。

歯ブラシの交換時期の目安は、1～2ヶ月です。長期間同じ歯ブラシを使用していると、以下のようないデメリットがあります。歯みがきセットを週末に持ち帰ると思いますので、歯ブラシの毛先が開いていないかご確認をお願いします。

細菌が
繁殖してしまう

歯垢の除去率が
下がる



月	火	水	木	金
6/2 	3	4 心電図検査（1年）★	★欠席した場合、6/20（金）に保護者の引率で、市役所第2庁舎で検査を行います。	
	10 尿検査2次（予備）	11 歯科検診 （6年、5年1,2組）	12 歯科検診 （2年、5年3,4組）	13
16 歯科検診（3年）	17 内科検診（4年）	18	19	20
23 内科検診（3年）	24	25	26	27

＊欠席して受診できなかった場合、他学年の同検診があるときのみ対応します。本校で受診できなかった場合は、ご家庭の判断で病院を受診していただきますよう、よろしくお願いいたします。

＊検診の結果、病気や異常の疑いがある場合に随時受診勧告書を配付しています。病院を受診された場合は、治療済み証を学校に提出してください。

＊6月で全ての検診が終了します。その後、健康のきろくを配付しますので、押印またはサインをしていただき、ご返却ください。

《学校健診について動画視聴のお願い》

千葉県医師会より、学校健診で行うことや意義についての動画を作成していただきました。

ぜひ以下のURLもしくはQRコードからご覧いただき、お子さんと一緒にご覧ください。

- ・小学校低学年、中学年用

<https://www.youtube.com/watch?v=vkAZO6phftU>

- ・小学校高学年、中学校用

https://www.youtube.com/watch?v=yOVfp_rWGqc



《1年生の心電図検査について》

初めての検査で緊張してしまう児童が多くなります。学級でも事前指導を行いますが、ぜひご家庭でも確認をお願いします。

心電図検査は、心臓が正しいリズムで動いているか、心臓に病気や異常はないかについて調べます。検査は、ベットに上を向いて寝た状態で、手首・足首・胸に器具をつけ、その状態で力を抜いて動かずに待ちます。痛くないので安心して検査を受けましょう。



本校の6月にあった感染症は以下の通りです。

溶連菌感染症・伝染性紅斑（りんご病）

新型コロナウイルス感染症・感染性胃腸炎

四街道市内でも溶連菌感染症や流行性角結膜炎はやや増加傾向にありました。