

—ほけんだより—

# えがおだいすき



平成30年6月4日  
西横野小学校 保健室  
—No5—  
おうちの人と読みましょう

梅雨入りも間近になり、ジメジメムシムシした日が多くなります。熱中症、食中毒、感染症を予防していきましょう。

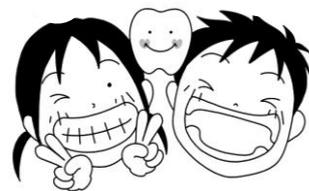
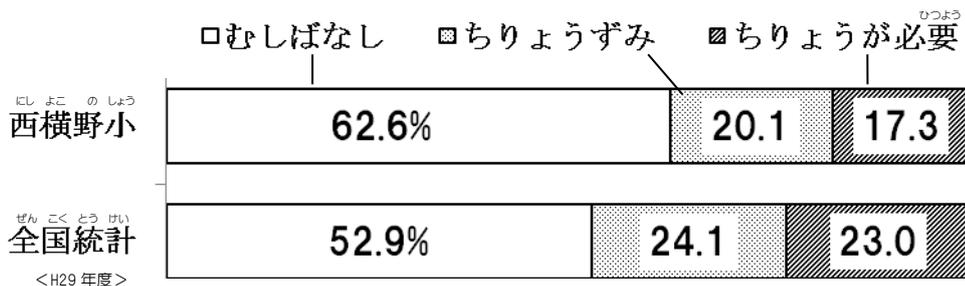


## 6月4日～10日 歯と口の健康週間

### 6月健康診断

心臓検診 6月29日(金) 1年生

### 歯科検診の結果



むしばなし 156人(62.6%)、ちりょうずみ 50人(20.1%)、ちりょうが必要 43人(17.3%)  
全国統計に比べ、むしばのない人が多いですが、昨年度よりちりょうが必要の人が増えました。  
むしばは放っておくと進行します。ちりょうが必要なのは夏休み前にちりょうがすむといいですね。

チェックしよう!



## 歯のみがき方

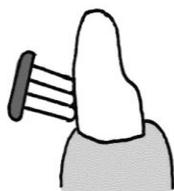


みなさんが毎日がんばっている歯みがき。でも、かんじんの「みがき方」はどうでしょう。きちんとした方法でなければ、たとえ食事の後などにかかさずみがいているとしても、あまり効果があがらないかもしれません。

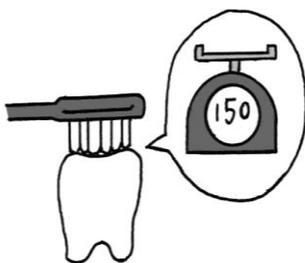
6月4日～10日は『歯と口の健康週間』です。あらためて歯のみがき方をおさらいしておきましょう。



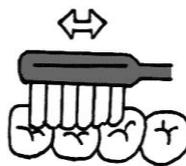
かがみを見ながらみがこう



毛先を歯に  
きちんとあてよう



力を入れすぎない  
ようにしよう  
(※150グラムくらい。  
はかりでチェック)



歯ブラシを  
こまかく動かそう

### 歯科保健図画・標語・ポスター の学校代表

図画 2A 岩崎 結菜 さん

ポスター 5B 須貝 和 さん

標語 6B 坂部 結菜 さん

おうちでくれた全員の作品を  
児童玄関に掲示します。

# こんなことに気をつけて たのしい 水泳学習 にしましょう



たっぷりすいみん



朝ごはんを食べる



じゅんぴ体そうしっかり



体調がわるいときは見学



ふざけない・走らない・とびこまない



水泳の後は体をよくあらう



タオルや目薬のかしかりはしない

## 溶連菌感染症・みずぼうそう(水痘)にご用心

西横野小では、低学年を中心に溶連菌感染症やみずぼうそうにかかった人がいます。手洗い、うがいで予防し、下のような症状があるときは、早めに病院でみていただきます。



**溶連菌感染症:** 溶血性連鎖球菌が原因となる感染症。群馬県では出席停止にはならない。

**症状**・・・発熱、のどの痛み、だるさ、舌にいちごのようにや発疹が出ることもある。

**ちりょう**・・・抗生物質を2週間くらい飲む。薬により1日くらい熱は下がるが、腎炎などの合併症を予防するため、お医者さんの指示を守り、薬を飲み続けることが大切。



**みずぼうそう(水痘):** 水痘帯状疱疹ウイルスが原因となる感染症。潜伏期間は2～3週間。

**症状**・・・発疹と発熱。赤い発疹、水ぶくれ、かさぶたの順に変化し、かゆみがある。

**ちりょう**・・・ぬり薬やヒスタミン薬、抗ウイルス薬でちりょうする。

すべての発疹がかさぶたになるまで出席停止。お医者さんの指示に従う。



## 7つの まちがい さがし

こたえは、  
ほけんしつまえ  
保健室前  
にはってあります。

