

# ほけんだより

No.3  
令和5年 6月 28日  
大田区立梅田小学校  
校長 金高 俊哉  
養護教諭



じめじめとした蒸し暑い日が続いています。梅雨の時期は、気温の変化が激しく、体調を崩して早退したり、欠席したりしている人も多く見られます。

バランスのよい食事や睡眠をしっかりとる、肌寒い日は1枚上着を持って来る、具合が悪い時は無理をして登校せず家でゆっくり休むなどして、体調管理をしましょう。



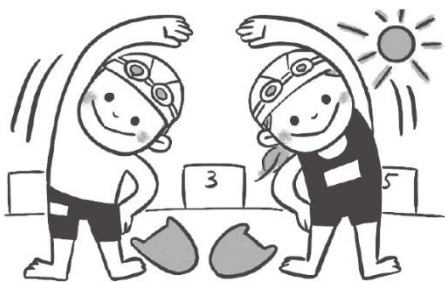
## すいえい がくしゅう 水泳の学習がはじまりました！

今週から水泳の学習がはじまりました。ルールをきちんと守り、元気に、そして安全に気を付けて参加しましょう。

### プール授業

ルールを守って

事故0に



#### プールサイドを走らない

すべて転倒すると、ケガをしたり、頭を打つ危険が。

#### 飛び込まない

プールの底や壁面、人と衝突すると、大事故になります。

#### ふざけない

水中でふざけると、溺れる原因になり、非常に危険です。

#### 無理をしない

体調が悪いときは、先生に言って休みましょう。

#### けが予防①



しっかりと準備運動をしよう

#### けが予防②



手足のつめは短く切っておこう

## 保護者の方へ

最近の保健室の様子は、発熱や腹痛・嘔吐による欠席・早退するお子さんが多いです。また、区内ではインフルエンザでの学級閉鎖も報告されています。

熱中症も心配な時期です。水分補給や休養を十分にとり、朝の健康観察時に体調が優れない場合には、無理して登校せずお休みをして様子を見ていただくなど、元気に登校できるようご家庭でのご協力をお願いします。

### ◆流行感染症情報

夏に乳幼児を中心に流行する感染症「ヘルパンギーナ」の患者報告数が、都内で警報基準を超え、大きな流行となっています（6.22 福祉保健局）。また、RSウイルス感染症も急増しているようです。感染予防策としては、こまめな手洗いや、咳エチケットが大切です。感染予防策の徹底をお願いします。

#### ヘルパンギーナ

高熱が出て、のどに小さな水疱がたくさんできる。



### ◆健康診断終了のお知らせ

4月から続いた健康診断が6月2日（金）で終了しました。ご協力ありがとうございました。検診や検査の結果、医療機関の受診が必要と判断されたお子さんには、個別にお知らせを渡しました。「受診連絡票」は、学級担任まで提出をお願いします。

なお、「けんこうカード」の返却は、大田区集計作業があるため7月中旬を予定しています。

### ◆歯科検診の結果

どの学年も、歯垢の付着のある児童が多く、放っておくと、むし歯や歯周病などの症状が心配されます。「歯垢」は、ネバネバしていて、うがいだけでは取れません。

時々、お子さんの歯がしっかり磨けているか確認をお願いします。

- ・歯垢の状態…歯垢が付着があり磨き残しのある人。
- ・歯肉の状態…歯肉が炎症を起こす病気です。

歯科検診結果のお知らせで多かった項目

#### 歯科検診の結果（歯垢・歯肉）

