

ほけんだより 6月

平成29年6月26日(月) 尾道市立向東小学校



梅雨入りしたのがうそのように晴れの日が多かった6月も終わりが近づいてきました。ここへきて梅雨らしいじめじめとした日が続いていますね。外で遊んで大汗をかくほどの暑さと、まだまだ長そでが恋しい朝晩の寒さとの気温の差に体調をくずしていませんか?この時期は湿度も高くなりますので、熱中症にも注意が必要です。

プールが始まりました!

泳ぐ前に...

前日はしっかり眠る

朝、健康観察をする

準備体操はしっかりと

手、足のつめを切る

先生の話をよく聞く

プールサイドは走らない

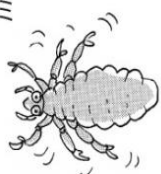
具合が悪くになったら先生に言う

いたずら禁止

泳いでいる時は...

アタマジラミって、何!?

アタマジラミとは...
かみの毛について、頭の皮ふから血を吸う虫です。



見つけ方は...
かみの毛に産みつけられている卵を探します。長い円のような形をしています。



気をつけよう!
体を寄せ合ったり、くし、ぼうし、タオルをほかの人とつしよに使うとうつることがあります。



健康診断結果のお知らせについて



4月より実施してまいりました定期健康診断が全て終了いたしました。治療や経過観察が必要な人にもお知らせをしております。検診により配布しているものが異なりますので、ご確認ください。

- 視力検査結果のお知らせ(クリーム色)
検査の結果、B(0.7~0.9)以下の人にものみ通知しています。
- 色覚検査結果のお知らせ(クリーム色)
色覚検査を希望した人のうち、受診が必要な人にものみ通知しています。
- 聴力検査結果のお知らせ・耳鼻科健診結果のお知らせ(緑色)
治療や経過観察の必要がある人にものみ通知しています。
- 眼科健診結果のお知らせ(水色)
治療や経過観察の必要がある人にものみ通知しています。
- 尿検査結果のお知らせ
二次検査・三次検査の必要がある人にものみ通知しています。
- 内科検診の結果について・内科(発育状態)検診の結果について
運動器(脊柱・胸郭・四肢・骨・関節)検診の結果について(白色)
医師による所見がある人にものみ通知しています。
運動器健診で所見のあった人には、検査協力医療機関の一覧を添付しておりますので、受診される際の参考にしてください。
- 歯・口腔の健康診断結果のお知らせ(黄色)
未受診者をのぞき、全員に結果を通知しています。



- 心臓検診(心音心電図検査)結果のお知らせ
まだ結果が届いておりません。届き次第、精密検査が必要な人にもお知らせいたします。

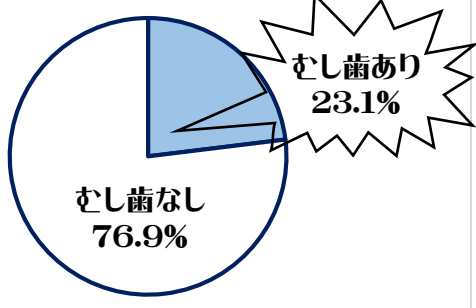
学校の健康診断は病気を確定するものではありません。お知らせを受け取った人は早めに専門医にみてもらうことをおすすめいたします。すでに受診している場合や、経過観察をされる場合はその旨を学校へお知らせください。

東っ子 NEWS 速報

全学年の歯科健診が終わりました。欠席で受けられなかった人をのぞき、全員に黄色の紙の「歯・口腔の健康診断結果のお知らせ」を配布しています。結果を確認していただけたでしょうか？

今回は東っ子のむし歯の状況を速報でお伝えします！

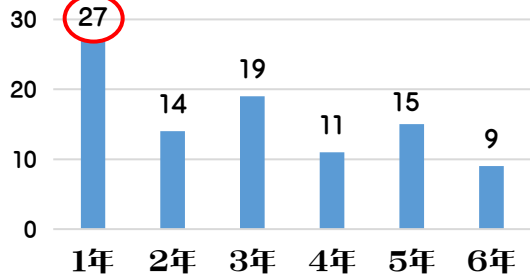
むし歯がある人の割合



むし歯があった人は全体の**23.1%**

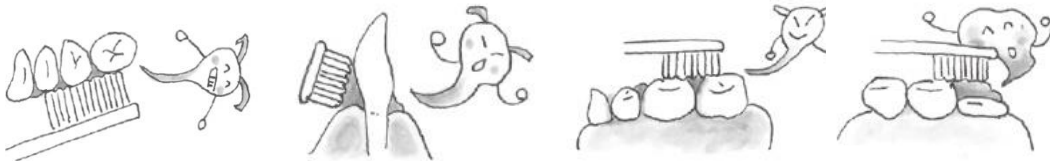
でした。去年（平成28年度）のむし歯がある人の割合は**31.0%**だったので、去年に比べると少なくなりましたね！しかし、まだ東っ子の約5人に1人にはむし歯があるということになります。

学年別むし歯ありの人数



学年別にむし歯のあった人の数をみると、1年生が一番多いことがわかりました。むし歯になっているのはほとんどが乳歯（子どもの歯）です。どうせ永久歯（大人の歯）に生えかわるんだから・・・と放っておいてはいけません！乳歯のむし歯は永久歯や歯並びにまで影響します。はやめに治療しておきましょう！

よごれがのこっちゃうのはどこ？



歯と歯のあいだ

歯と歯ぐきのあいだ

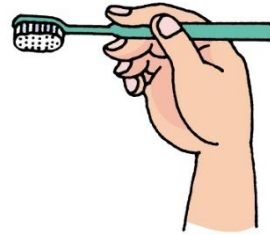
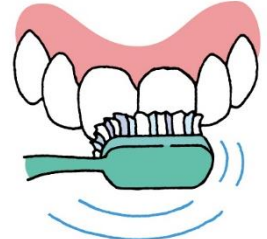
おく歯のかみあわせ

せのひくい歯

歯みがきのポイント

★1～2本ずつみがこう！

歯ブラシを小さく、チョコチョコと動かします。大きく動かしていると、こまかいよごれがうまくおとせません。



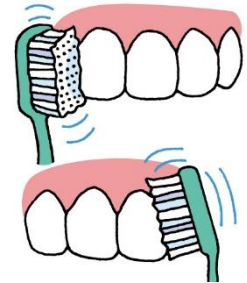
★毛先が広がらないくらいの力で

動かそう！

歯ブラシをえんぴつと同じようにもってみましょう。力をいれすぎず、軽くにぎりましょう。

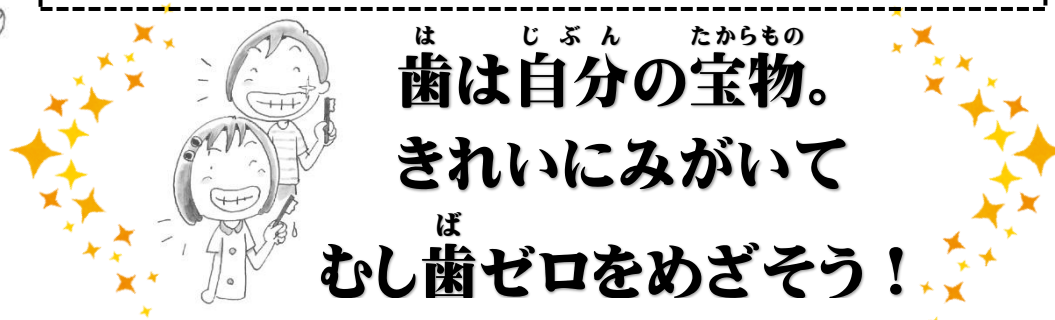
★届きにくいところは、歯ブラシをたてにしてみよう！

歯と歯のあいだは、歯ブラシをたてにしてみがいてみましょう。歯と歯のあいだにたまった小さなよごれも、これですっきり！



★歯ブラシのつま先やかかともつかおう！

歯ブラシのいろんな部分をつかってみがきましょう。みがく場所にあわせて、歯ブラシの毛先をつかい分けるといいですね！



歯は自分の宝物。

きれいにみがいて

むし歯ゼロをめざそう！