

ほけんだより



令和3年6月1日
杉並区立馬橋小学校
保健室

保護者の皆様には、お子さんの検温や健康観察を丁寧に行っていただき感謝いたします。引き続き、よろしくお願いたします。

6月の保健目標

歯をたいせつにしよう



6月はいのちの教育月間

心配なことや不安に思うことがあったら、友達や学校の先生、スクールカウンセラー、家族の人に相談をしましょう。もちろん楽しかった話や嬉しかった話も聞かせてください。この機会にたくさんおしゃべりをしましょう。



定期健康診断をすべて終えたら…

今年度から、封筒に結果を入れて各家庭へお渡しします。(封筒は6年間使用しますので、学校へお戻しください。)

今年度、成長曲線を作成しました。今後、家庭で計測した結果や、2学期3学期の身体計測の結果を書き加えていくと、お子さんの成長を確かめることができます。成長曲線からは思春期の開始時期や低身長、肥満、やせ過ぎなども一目でわかります。子どもの身長が伸びる期間には限りがあります。お子さんの成長で気になることがありましたらご相談ください。



重要

新型コロナウイルス感染症について

お子さんが罹患し、再登校する場合に「宿泊・自宅療養及び結果通知書」(以下通知書)を保健所で発行してもらい持参し登校することになっていました。しかし、現状、通知書を発行するのに1週間かかるとのことでした。今後は、保護者の方と学校とで再登校日を電話で確認した後、登校をお願いいたします。通知書は、後日ご家庭に届き次第、学校へご提出ください。通知書は、保護者の方が、保健所に作成依頼をしてください。ご理解の程、よろしくお願いたします。

* 今月の保健行事 *

● 歯科検診 ●

3日(木)3・6年 8:50~

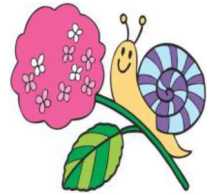
17日(木)1・2年仲よし学級 8:50~

● 仲よし学級移動教室事前検診 ●

8日(火)13:40~ ※延期します

● 口腔保健指導 ●

14日(月)6年・仲よし学級



歯科検診は全員に、他の検診については治療が必要な場合に「お知らせ」をお渡しします。耳鼻科検診・眼科検診の結果で受診が必要な場合は、6月18日(金)までに受診し、医師に受診報告書(水泳の可否)を記入していただき、学校へご提出ください。

※学校で行う定期健康診断は、集団検診のため、疑わしいものはチェックするやり方です。必ずしも異常だということではありません。病院では「心配なし」と診断されることもあります。ご承知おきください。



夏に多い！お肌のトラブル！

皮膚のトラブルには、季節によって起こりやすいものがあります。たとえば、冬には「しもやけ」や「乾燥肌」、夏には「あせも」や「虫さされ」等が起こりやすいです。「あせも」も「虫さされ」もかゆみをかまんできずにかきむしってしまうと、「とびひ」につながりやすく、治るのに時間がかかるようになります。注意してください。

※ひどくなる前に皮膚科や小児科・内科で相談して、早期治療を心がけましょう。

<あせも>

気温や湿度が高いときや、大量に汗をかいたあとにできやすいのが、あせもです。ポツポツと湿疹のようにかゆみがあるものや、赤くてヒリヒリするものなど、症状は様々です。予防で大切なことは、汗をこまめにふくことです。もっと暑くなり、服が汗でぬれたら早めに着替えることも大事です。

<虫さされ>

草むらなどに入るときは、長袖・長ズボンが基本です。虫よけスプレーも効果的です。虫にさされてしまったら、かゆくてもぐっとガマンして、かきむしらないようにしてください。また、虫さされの主な原因となる蚊を発生させないために、幼虫のすみかとなる水たまりを作らないことも重要です。植木の受け皿などに水がたまりっぱなしにならないように注意しましょう。

<とびひ>

あせもや虫さされをかいたときにできる小さな傷から、とびひの原因になる菌が感染して起こります。普通に皮膚にもすんでいる菌ですが、特に鼻の中がたくさんいます。鼻をいじった手でかゆいところをかくと、とびひになりやすいのでやめましょう。またとびひ予防のためにもこまめな手洗いが大切です。

アタマジラミに気をつけましょう！

アタマジラミは季節に関係なく、報告があります。

6月1日現在、馬橋小では報告をうけておりません。アタマジラミは髪の毛に住みつき、卵を産んで数を増やします。髪の毛をいつも清潔にしていともうつることがあります。自分で調べるのは難しいので、時々おうちの人が見てあげてください。

予防

○タオルなど髪の毛にふれるものは自分のものしか使わない。

○友達と頭をこすりつけて遊ばない。

○頭をしっかりと洗ってしっかりと流す習慣をつける。

○早期発見、早期治療！！

※疑わしい場合は、養護教諭へご相談ください。また、かかった場合は学校へ連絡ください。

すぐに皮膚科、小児科や内科を受診し、速やかに駆虫するようお願いいたします。