



がつ ほけんもくひょう
7月の保健目標

夏を元気に過ごそう



マスクの夏! 熱中症にならないための注意点



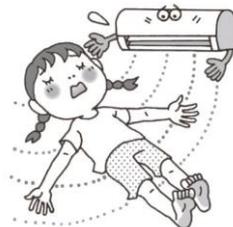
はやね・はやおき
あさごはん



のどがかわく前
に水分をとる



外に出るときは
帽子をかぶる



クーラーの風
に直接当たらない



体調が悪いときは
無理せず休む

学校歯科医の先生から

高木小学校のみなさんへ

江藤歯科医院

江藤崇文 先生



この前は、歯の検診を上手に受けてくれてありがとうございました。
おかげでみんなの歯をよくみることができました。

きっとみんなそれぞれ毎日がんばって歯をみがいていることとおもいます。中には検診にそなえて気合を入れてみがいてくれた子もいましたね。高木小学校のみんなは、上手にみがけていた人も多かったです。でも口の中は、心だん自分の目で見えないところですので、自分で思っている以上にバイキンが残ってしまっている人もいました。気付いていないむし歯がありドキッとした人もいたかもしれません。まずはおうちのひとと歯のことについて話し、歯医者さんでチェックだけでも受けてみるといいと思います。君たちの歯はまだまだ今からもっと良くすることができます。今の歯みがきは大人になった時の体全体の健康にも大きくつながります。歯は一生の宝物です。たまには時間をかけていねいに歯みがきをして、大切にしてくださいね。

おうちの方へ 裏面もお読みください → →



保護者の方への保健だより

子ども達が待ちに待っていた水泳の学習が始まり、プールから楽しそうな声が響いてきます。今回は、水泳の学習のときに気をつけたい感染症についてご紹介します。

いんとうけつまくねつ

咽頭結膜熱（プール熱） **出席停止**

●症状

- ・のどの痛み、腫れ
- ・目の充血
- ・39～40℃の高熱

●どうやってうつるの？

飛沫感染、接触感染
プールの水やタオルの貸し借りで感染する



●予防法

- ・手洗い、うがいを正しく行う。
- ・ハンカチやタオルを貸し借りしない。
- ・プールの前後はしっかりシャワーを浴びる。

でんせんせいのかしん

伝染性膿痂疹（とびひ）

●症状

- ・皮膚に水ぶくれやかさぶたができる
- ・水泡が破れ、次々と広がる

●どうやってうつるの？

虫刺されや湿疹、あせもなどをかきむしってできた傷に菌が感染して起こる。
ひっかいた手で他の部分を触ると広がる。

●予防法

- ・手洗いを正しく行う。
- ・爪を切る。
- ・皮膚を清潔に保つ。
- ・鼻の穴をいじらない。

りゅうこうせいかくけつまくえん

流行性角結膜炎（はやり目） **出席停止**

●症状

- ・目のかゆみ、結膜の充血
- ・目がゴロゴロする
- ・涙、目やにが出る

●どうやってうつるの？

接触感染



●予防法

- ・手洗いを正しく行う。
- ・ハンカチやタオルを貸し借りしない。

アタマジラミ

●症状

- ・多くは無症状
- ・吸血部位にかゆみが出ることも

●どうやってうつるの？

アタマジラミの付着した頭部と直接接触した場合などに感染する。

●予防法

- ・くし、帽子、タオルの貸し借りをしない。
- ・頭髪を観察し、見つけた場合は早期に医療機関を受診し、駆除を行う。



健康診断結果について

現在、感染対策に注意しながら各種検診を行っているところです。検診の結果、病気や異常の疑いがある人にはお知らせのプリントを渡しています。

学校で行う健康診断はスクリーニングです。お知らせをもらったからといって必ず病気であるとは限りませんが、できるだけ早期に医療機関を受診されることをおすすめします。受診が済んだら、受診報告書を学校へご提出ください。

