

ほけんだより 7月

家庭数
名細小学校 保健室
NO.4
令和5年7月3日

暑い夏がスタートしました。皆さんは「梅雨明け10日」という言葉を聞いたことがありますか。梅雨が明けた後の10日間くらいは、晴れの日が続くことを表しています。プール学習が6月から始まり、体も疲れやすくなっています。夜は早めに寝て、体を十分休ませましょう。

名細小むし歯の治療状況

学年	処置率
1年生	55%
2年生	33%
3年生	46%
4年生	41%
5年生	63%
6年生	40%
くすのき	0%
合計	44%

6月23日の時点で、むし歯があった人のうち44%の人の治療が済んでいます。むし歯は、放置するとどんどん進行します。初期のうちに治療ができるよう早めに医療機関を受診しましょう。また、受診が終わりましたら「歯・口腔の健康診断結果のお知らせ」の下部を医療機関で記入していただき、学校へ提出をお願いいたします。

※7月19日の時点で、むし歯の治療が終わっていない児童を対象に、再度「治療勧告書」を配布させていただく予定です。

歯のゆるキャラが決まりました



令和5年度名細小歯のゆるキャラ はみがき王子

名細小みんなの投票で決まりました！はみがき王子には1年間多くの場面で活躍してもらいます。

熱中症に気をつけよう！

こんな人は
熱中症の危険あり！

- 睡眠不足
- 熱がある
- のどが痛い
- カゼをひいている
- 下痢をしている
- 朝ごはんを食べていない

思い当たることはありませんか？

こんなときは
水分補給

「のどが乾いた」と思う前に、こまめに水分をとりましょう。

朝起きた時、寝る前
運動前後、運動中
お風呂に入る前、入った後

熱中症 重症度と対応

軽症	中等症	重症
めまい、立ちくらみ、生あくび、筋肉痛、こむら返り ※意識ははっきりしている	頭痛、吐き気・嘔吐、体のだるさ、判断力の低下	意識がない、受け答えがおかしい、けいれん発作
水分・塩分をとらせ、様子を見守る	自力で水が飲めないときは119番	ただちに119番
重症度にかかわらず、涼しい場所に寝かせてからだを冷やします。		もし体調不良の子がいたら、すぐに大人に知らせましょう。

～保護者の方へ～

『健康診断結果のお知らせ』を配布します

今年度の健康診断結果の一覧を終業式に配布します。お子さんと一緒に成長や健康について考える機会としていただければと思います。また、治療の終わっていない項目がある場合には時間のとりやすい夏休みに受診をお願いいたします。

