

ほけんだより No.3

令和3年6月1日 岩国市立美和東小学校 保健室



あじさいの花がきれいな季節になりました。雨にぬれた葉っぱがきれいに輝いています。梅雨の間は、昼間と朝夕の気温差が大きいので、体調管理をしっかりしましょう。雨にぬれたときのために、着替えやタオルを用意しておきましょう。



6/4～10は「歯と口の健康週間」

みなさんの歯はどんな状態ですか？乳歯が抜けている人、生えかけの歯がある人、大人の歯がそろった人……いろいろだと思います。生え変わりが完了する10才前後は、歯を一番大切にしたいときです。健康な歯でおいしくごはんを食べられるように、毎日の習慣を見直しましょう。



5/11に、歯科検診がありました。

令和3年度 歯科検診の結果

15人中7人は
なんと・・・
3年生！



15人



12人



30人

本校	25.9%	22.4%	51.7%
山口県	24.8%	26.1%	49.1%

※山口県の数値は、令和元年のもの



今月からプールの授業が始まります。準備は准备好了吗？水着やゴーグルなどプールの授業に必要な道具はもちろんです。プールでけがをしたり、具合が悪くなったりしないように、体の準備もしっかりしておきましょう。

また、プールがある日には、黄色の健康観察カード裏の「水泳カード」の記入もわすれないようにしましょう。

プールに入る前に気をつけてほしいこと

その①



爪を切っておく

その②



前の日は十分に睡眠をとる

その③



目・耳・鼻の病気がある人は
お医者さんに相談しておく

その④



耳をそうじしておく

保護者の方へ

もしかしたら、アタマジラミ？

アタマジラミがいるとプールに入れません。シラミというと、戦後に蔓延したコロモシラミから不潔だと受け取られがちですが、現在の日本では不衛生なために発生することはほとんどありません。シラミは成虫が直接移動することで簡単にうつります。子どもは体を寄せ合って遊ぶことが多いので、大人よりもうつりやすく、帽子やヘアゴムの貸し借り等でうつることもあります。

＜早期発見・早期駆除が大切＞

*目でしっかり見て確認しましょう。
卵は約0.5ミリでふけと違って簡単にとれません。
後頭部・耳の後ろに多くみられます。

*よく頭をかく場合は、注意してみましょう。

アタマジラミの成虫がいると強いかゆみを感じます。

*アタマジラミが見つかったら、駆除用のシャンプーを使って駆除します。

はっきりわからない場合は、病院・薬局で相談しましょう。

※アタマジラミが見つかったら、学校へお知らせください。



【成虫】
約1～3mm
灰色～黒色
動きが速い



【卵】
約0.5mm
白色～茶色
光沢がある