

ほけんだより7



保健目標

熱中症に気をつけて
夏を健康にすごそう

歯の標語

歯を磨き お口の中だけ
マイナス歯垢

最近、じめじめと雨が続く時もあれば、急に暑く日差しも強くなる時もあり、熱中症が心配されています。早退とまではいきませんが、なんとなくだるい等の体調不良をうったえ、保健室でお休みする児童も少なからずおります。日々の健康観察やこまめな水分補給、服装の工夫などできることから対策を立てていきたいですね。

また、夏休みを目の前に、暑さに負けない体づくりのために「健康積立カード」のご協力をお願いいたします。基本的なことですが、食事・運動・睡眠が健康生活の基盤となります。

歯科保健指導が全クラス終了しました。ご家庭でも、歯と口の健康についてお話をいただければと思います。



熱中症予防のために

- ・外では必ずぼうしをかぶろう
- ・こまめに水分をとろう
- ・体調が悪いときは無理せず休んで様子を見よう

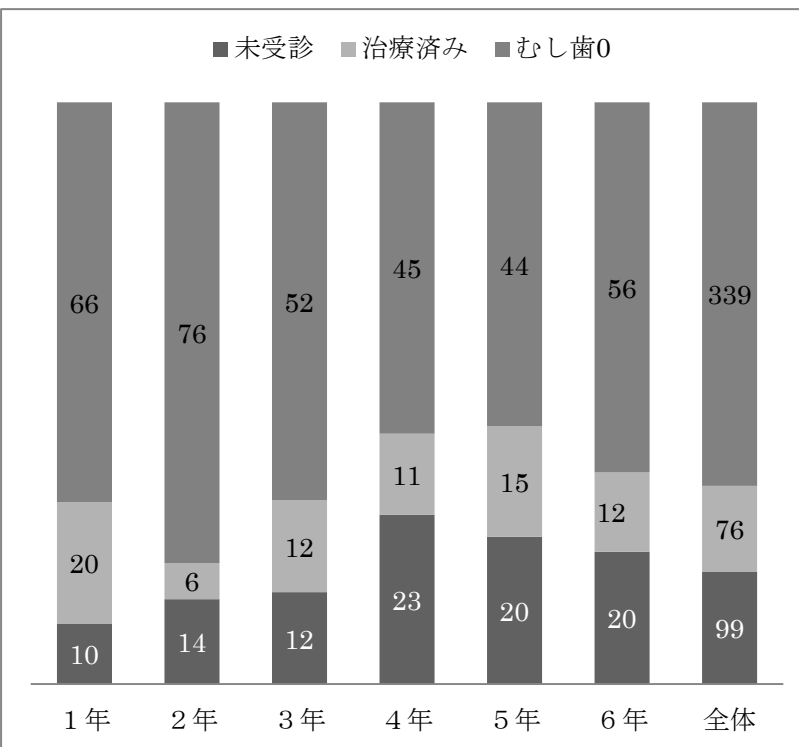


冷房病に注意しよう



暑いからといって、冷房の効いた室内にばかりいると、体温を保つ働きが弱まり、体調をくずしてしまいます。

歯科健診から1ヶ月..今現在のむし歯治療率



夏かぜウイルスに注意!



食事やトイレの後、コンタクトをつける前に手洗いをします。



自分用の清潔なハンカチでふく



栄養・睡眠をしっかり
とって免疫力をつける

ハンカチ・タオルを忘れずに!



あせをかいたあとや、手を洗ったときは、清潔なハンカチやタオルでふきましょう。

むし歯0を目指そう!!

川辺小では、むし歯の治療率100%を目指しています。

全体では、あと100人で100%となります。

(6月28日現在の治療率42.9%)

該当する保護者様には再度治療勧告書をお渡しします。夏休みなどを利用して早期の受診をオススメします。



夏休みは治療のチャンス!

6月の感染症による出席停止 感染性胃腸炎、溶連菌感染症、咽頭結膜熱(プール熱)
春日部市の一部の学校では、溶連菌感染症が増加しているようです。