

ほけんだより



最近、はじめと雨が続く時もあれば、日差しも強く、急に暑くなる時もあり、熱中症が心配されています。6月下旬にはインフルエンザ・発熱等のお休みが増えて、心配な日々が続きましたが、現在はお休みも少なくなりました。引き続きご家庭での健康観察をお願いいたします。

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。1～5年生はRDテスト（口腔内のむし歯菌の数を調べる）・カラーテスターを実施しました。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。

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



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

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40人で100%となります。

（7月2日現在の治療率69.9%）

該当する保護者様には再度治療勧告書をお渡しします。歯は自然治癒することはありません。夏休みなどを利用して早期の受診をお願いします。

夏に流行する感染症に気をつけましょう

夏は、咽頭結膜熱（プール熱）や伝染性紅斑（りんご病）、手足口病、流行性角結膜炎などの感染症が流行します。うがい・手洗いをしっかり行うことや、感染している人と同じタオルを使わないことなどで感染を予防します。

また、これらの感染症にかかってしまった場合は、感染を拡大させないために、せきやくしゃみが出るときは、マスクをするか口をおおきましょう。

咽頭結膜熱（プール熱）

- ・目の充血、かゆみ、痛み、目やにが出る、まぶしさを感ずる、涙が止まらない。
- ・喉が赤くはれて痛みを伴う。
- ・38～40度の熱が急にでる。



伝染性紅斑（りんご病）

- ・軽いかぜのような症状、ほおが赤くなる、手足にレース状のポツポツができる。



流行性角結膜炎

- ・目の充血、ゴロゴロした感じ、まぶたのはれ、目やにが出る、喉のはれ・痛みなどの症状が出る。



手足口病

- ・主に、口の中、手、足などに痛みを伴う水疱ができる。38度前後の熱が出る。



感染拡大を防ぐには

うがい・手洗いをする



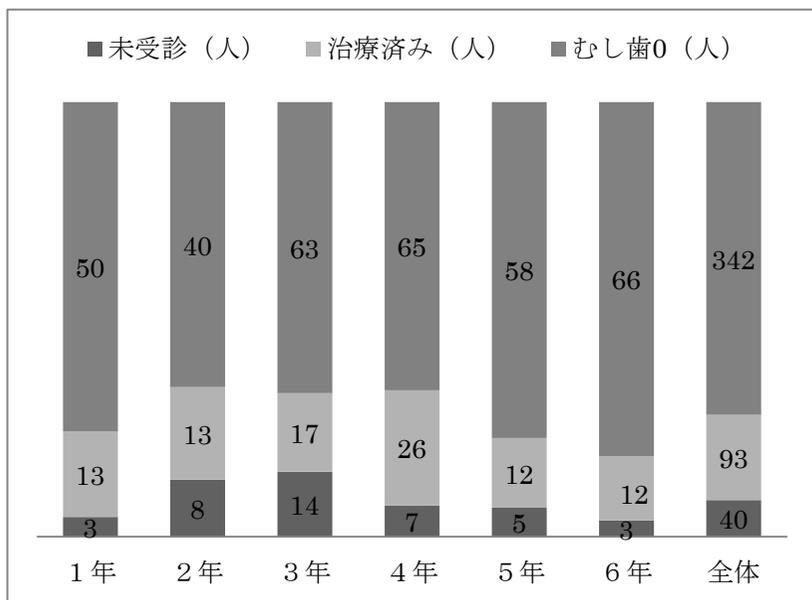
同じタオルを使わない



感染している人は
“せきエチケット”を忘れずに



歯科健診から2ヶ月。今現在のむし歯治療率



6月の感染症による出席停止 りんご病2人、インフルエンザA型1人、インフルエンザB型4人
春日部市内でも感染性胃腸炎で学級閉鎖、溶連菌感染症、水ぼうそう（水痘）の感染症が増えています。