

保健だより 7月



令和5年6月30日
さくら市立氏家小学校

暑さの本番がやってくる！

7月には小暑と大暑という季節を表す言葉があります。小暑は暑さがだんだんと強くなっていく頃、大暑は暑さが本格的になる頃という意味です。暑さが本格的になるということは、熱中症になりやすい時季がくるということです。水分や塩分が足りないときや体調がよくないとき、睡眠不足のときなどは熱中症になりやすいと言われています。日頃から生活習慣をととのえ、熱中症を予防していきましょう。

7月の保健目標：夏を元気に過ごそう

熱中症予防のために…運動前にチェック！



朝ごはんは食べたかな？



体調は問題ないかな？



水分はとったかな？

★視力検査（裸眼視力）結果 (人)

	受検者	1.0以上	1.0未満 0.7以上	0.7未満 0.3以上	0.3未満
1年	105	69	5	4	1
2年	106	63	2	11	3
3年	132	88	3	14	1
4年	105	55	10	11	5
5年	109	58	15	14	2
6年	109	75	16	14	9
計	666	408	51	68	21

★歯科検診結果 (人)



	受検者	むし歯なし	むし歯あり	処置完了者
1年	109	69	26	14
2年	112	63	26	23
3年	142	88	16	38
4年	113	55	54	4
5年	110	58	18	34
6年	125	75	48	2
計	711	408	188	115

こんな雲、 こんな風が あるときは



夏は天気が急に変わりやすい季節です。こんな雲や風が見えたり感じたりしたら、ゲリラ豪雨が降るかもしれません。すぐに大きな建物の中へ移動してください。

- 遠くに白くて大きなもくもくとした雲
- 灰色の雲：急な雷雨が降る可能性があります。
- 冷たい風：急な雷雨を降らせる雲によって、冷たい風が強まります。

メガネ等をしている人で裸眼視力を測定していない人が60名います。

6名の歯科医で検診を行いました。

【歯科医よりメッセージ】

- ・おうちの方がしっかり仕上げ磨きをしていますね。
- ・歯みがきの習慣を家族でつくってください。
- ・むし歯があった人は早めに治療しましょう。
- ・みなさんの歯が美しく輝き続けるよう応援しています。