

◎けんこうカードをお返しします

今年度の定期健康診断が終了し、結果が出そろいました。お子さんの「けんこうカード」を、一旦ご家庭にお返しします。ご覧になりましたら、身長・体重欄の横に押印をし、7月11日(木)までに担任にお戻しください。「けんこうカード」を参考に、ご家族で健康や成長について確認しましょう。

①発育測定値を確認してください。

おおよその体重は覚えておきましょう。病院で薬をもらうときに必要なことがあります。(学校では、4月、9月、1月に身長・体重測定をします。)

②聴力検査・・・1・2・3・5年生が検査しました。



③視力検査

- A: 1.0以上
B: 0.9 0.8 0.7
C: 0.6 0.5 0.4 0.3
D: 0.2 0.1 0.1未満



B以下の視力について、お知らせの紙をお渡ししました。

④その他、定期健康診断の結果を確認してください。

・病気や異常があると思われた場合、その都度お知らせを渡しておりますので、治療や検査が済んでいない場合は、受診してください。(受診しても、必ずしも病気であるとはかぎりません。)

・内科健診結果でアトピー性皮膚炎、肥満傾向についてのお知らせは出していません。

それは、本人や保護者の方が充分に分かっていると思われるとの学校医の判断からです。しかし、症状が悪くなるなど、心配な点が出てきた時は、専門医の指導を受けていただきますよう、お願いいたします。

・治療済みや受診済みの印は押してありません。

・各種健康診断のお知らせをもらったら、早めに受診をしてください。

このけんこうカードは6年生まで使います。大切に扱ってください！

「**歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール**」のご案内

まいとし とうきょうとがっこうしかいかい しゅさい は くち けんこう かんしん たか
毎年、東京都学校歯科医会の主催により、歯や口の健康への関心を高め

るために、図画・ポスターや、健康啓発標語を児童・生徒から広く募集し、
優秀作品を表 彰しています。



たましがっこうしかいかい は くち けんこう かん すが おうほ さくひん なか
多摩市学校歯科医会では、この「歯・口の健康に関する図画ポスターコンクール」に応募された作品の中か

ら独自に、優秀作品を選出して表 彰しています。多摩市長 賞、多摩市教育 長 賞に選出された場合は、

あき かいさい たまし ひょうしょうしき ひょうしょう いっていきかん しやくしょ けいじ さいゆうしゅう
秋に開催される多摩市の表 彰式で表 彰され、その作品は一定期間、市役所に掲示されます。なお、最 優 秀

作品は、多摩市代 表 作品として都のコンクールに応募されます。

まいとし たまししかいかい さんかしょう なつやす ちゅう
毎年、多摩市歯科医会による参加 賞 があります。ぜひ夏休み 中 に

ポスターを描いて応募してください。



応募する人には、
画用紙を渡しますの
で、保健室に取りに来
てください。

ポスターについての注意 (東京都学校歯科医会 H P より)

- 作品は個人のものとし、他団体等の主催するコンクール等に応募していない未発表のものとする。
- 特定の歯科用品名・商品名の記載のないこと。
- ポスターの場合、「虫歯」ではなく、ひらがなで「むし歯」と記すこと。
- いずれも画用紙の大きさは、四つ切もしくはB3サイズとする。

ポスターの提出しめきり：8月30日（金）。

【速報！】R6年度 歯科健診結果より～むし歯のある児童の割合～

	男子	女子	全体
1年生	18.8	23.8	21.6
2年生	33.3	33.3	33.3
3年生	25.0	38.7	33.3
4年生	31.0	28.0	29.6
5年生	36.4	23.1	29.2
6年生	34.8	38.5	36.7
全体	30.6	31.3	30.9
R5年度	37.5	38.8	38.2

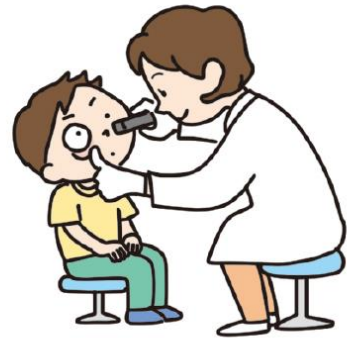
R5年度のデータよりも、むし歯のある児童の割合は大きく減っています！保護者の方の声かけや、定期的な歯科受診など、ご家庭の協力が大きいです。ありがとうございます！学校でも給食後の歯みがきや歯科指導などを続けていきます。



元気になるチャンスです!

治療・受診をすませよう!

健康診断で見つかった病気や異常は、
時間がとりやすい休みのうちに検査・受診して治療しましょう。治療がすんだら学校へのお知らせもお忘れなく。



食生活をチェックしよう!



1日のエネルギー源「朝食」はもちろん、夏バテ予防に3食しっかり、栄養バランスよく食べましょう。甘いお菓子や冷たいおやつはひかえめに。

少しずつでも…早く寝よう!

いきなりはむずかしくても、今日はきのうより少し早く、明日はさらに早く…。休み中も少しずつでも早寝を続けて、毎日の早起きにつなげたいですね。



室内でも熱中症対策が必要です!

総務省 消防庁のデータ(令和5年5月~9月)によれば、
熱中症の発生場所の約4割が「住居」(敷地内全ての場所を含む)だそうです。
次のような点に留意して、室内でも熱中症を予防しましょう!



部屋の温度・湿度をこまめに確認する

高温多湿ではないですか?



のどがかわいていなくてもこまめに水分を補給する

汗をかいたときは塩分も!



適切な室温(目安は28℃以下)に保つ

エアコンの除湿機能も活用しよう!



夜間(就寝中)の熱中症にも注意しましょう。適切にエアコンなどを使い、寝る前の水分補給も忘れずに!

