

◎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!

「^はくち ^{けんこう}の健康に関する^が図画・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、^すが ^{けんこうけいはつひょうご}健康啓発標語を^{じどう}児童・^{せいと}生徒から^{ひろ}広く^{ほしゅう}募集し、
^{ゆうしゅうさくひん}優秀作品を^{ひょうしょう}表彰しています。



^{たましがっこうしかいかい}多摩市学校歯科医会では、この「^はくち ^{けんこう}の健康に関する^が図画ポスターコンクール」に^{おうほ}応募された^{さくひん}作品のなか
^{どくじ}ら^{ゆうしゅうさくひん}独自に、^{せんしゆつ}優秀作品を選出して^{ひょうしょう}表彰しています。^{たましちょうしょう}多摩市長賞、^{たましきょういくちょうしょう}多摩市教育長賞に^{せんしゆつ}選出された場合は、

^{あき}秋に^{かいさい}開催される^{たまし}多摩市の^{ひょうしょうしき}表彰式で^{ひょうしょう}表彰され、その作品は^{いっていきかん}一定期間、^{しやくしょ}市役所に^{けいじ}掲示されます。なお、^{さいゆうしゅう}最優秀
^{さくひん}作品は、^{たましだいひょうさくひん}多摩市代表作品として^と都の^{おうほ}コンクールに^{おうほ}応募されます。

^{まいとし}毎年、^{たまししかいかい}多摩市歯科医会による^{さんかじょう}参加賞があります。ぜひ^{なつやす}夏休み中に

^かポスターを^{おうほ}描いて応募してください。



^{おうほ}応募する人には、
^{がようし}画用紙を^{わた}渡しますの
で、^{ほけんしつ}保健室に^と取りに^き来て
てください。

ポスターについての注意 (^{ちゅうい}東京都学校歯科医会 ^{ホームページ}HP より)

- ^{さくひん}作品は^{こじん}個人のもとし、^{ただんたいどう}他団体等の^{しゅさい}主催する^なコンクール等に^{おうほ}応募していない^{みはびょう}未発表のものとする。
- ^{とくてい}特定の^{しかようひんめい}歯科用品名・^{しょうひんめい}商品名の^{きさい}記載のないこと。
- ^{ばあい}ポスターの場合、「^{むしば}虫歯」ではなく、ひらがなで「むし歯」と記すこと。
- ^{がようし}いずれも^{おお}画用紙の^よ大きさは、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。

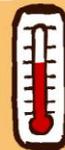
少しずつでも…早く寝よう!

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!

