



令和6年5月31日  
一宮町立東浪見小学校  
保健室

5月は暑くなったり、寒くなったりと気温の変化が激しく、体調を崩して早退や欠席をする人が見られました。夏が近づいてきて、気温もどんどん高くなってきます。軽い運動で少しずつ体を暑さに慣らし、十分な睡眠とこまめな水分補給を心がけ、元気に学校生活を送れるようご協力願います。



しかけんしん けっか  
歯科検診の結果について



《5月30日現在》

| 検査を受けた人 | むし歯のあった人       | C0 (むし歯になりそ<br>うな歯) があった人 | 要注意乳歯が<br>あった人 |
|---------|----------------|---------------------------|----------------|
| 139人    | 53人<br>(38.4%) | 20人<br>(14.4%)            | 8人<br>(5.8%)   |

- むし歯がある人は53人(38.4%)と昨年度より増えました。昨年度は26人(18.1%)です。
- C0の歯がある人は20人(14.4%)と昨年度より増えました。昨年度は15人(10.4%)です。

●保護者の方へ●

先日歯科検診が実施され、結果を配付しました。治療のおすすめの欄に○印のあった人は、かかりつけ医へ受診をお願いします。治療(指導)を受けましたら、「歯科健康診断結果のお知らせ」を学校までご提出ください。すでに歯科医で治療や経過観察中のお子様は、その旨を連絡帳等でお知らせくださるようお願いいたします。

6月4日～6月10日は歯と口の健康週間



むし歯に  
なりにくい人は?



オレはむし歯菌。  
こんな人には  
近づきたくない!



★ しっかり  
歯みがきをする人



★ よく噛んで食べる人



★ お菓子を  
あまり食べない人

むし歯を予防するためには、歯みがきが一番大切です。また、ごはんを食べるときはしっかりと噛んで食べる習慣をつけましょう。肥満予防となるだけではなく、唾液がたくさんでることによって口の中を洗い流し、むし歯を防いでくれる役割があります。

# ねっちゅうしょう よぼう ～熱中症を予防しよう～

ねっちゅうしょう  
○熱中症になってしまう原因には、「環境」と「行動」と「からだ」の3つが関係していると考えられています。

かんきょう  
環境

… 高気温・高湿度・急に暑くなった・閉めきった屋内

こうどう  
行動

… 慣れない運動や長時間の屋外作業

からだ

… 高齢者や乳幼児、肥満の人・下痢をしているなど水分不足の人・寝不足など体調不良の人



ねっちゅうしょう ぶせ  
○熱中症を防ぐための行動



バランスよく食べよう



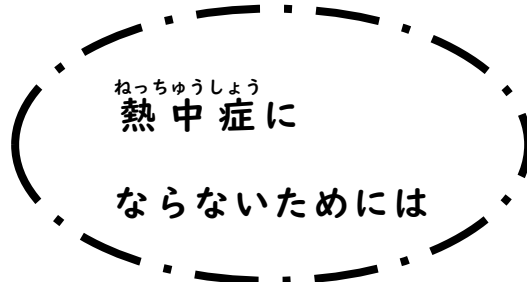
体調の悪いときは運動を控えよう



涼しい服装をしよう



こまめに水分をとろう



ひかげで休けいしよう



十分な睡眠をとろう

## おしき ～虫刺されについて～

### おしき てあ 虫刺されの手当て

- ① 水でよく洗い流す
- ② かゆみがひどい時は、冷やす
- ③ 虫刺され薬をつける（かゆみがとれないようなら）



あつ きせつ  
暑い季節になり、虫たちも活発になる季節です。東浪見っ子の中にも、虫に刺されて「かゆい」と訴えて保健室に来室する児童が見られます。

### ◆お知らせ◆

給食用のマスクを忘れてしまう児童が見られます。給食時のマスク着用については、コロナ禍以前から実施しているところです。当番以外も全員着用となっていますので、お忘れのないようご準備をお願いします。忘れてしまったときのために、ランドセル内に予備を入れていただけると幸いです。

