

ほけんしつだより 7月号

H30年7月6日
徳倉小学校
保健室



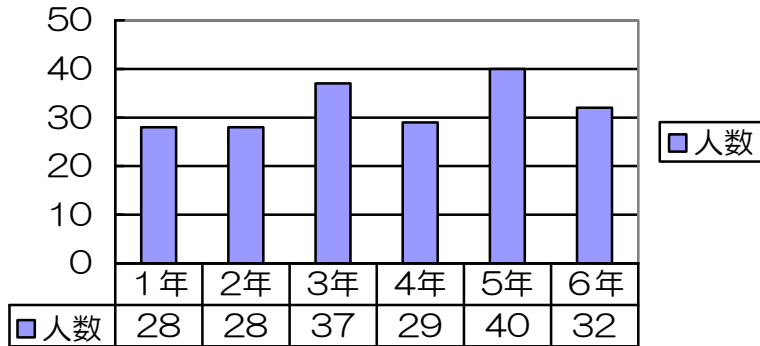
6月の歯科検診で、すべての健康診断が終了しました。続々と受診結果報告書が保健室に届いています。夏休みは時間の余裕があるので、ぜひ病院を受診し、健康な夏を過ごしましょう。



◆◆ 歯科検診の結果 ◆◆



むし歯がない人（乳歯と永久歯）



乳歯にむし歯がある人が多かったです。乳歯は永久歯に生え替わるから…とそのまましておくと、健康な永久歯もむし歯になってしまうかもしれません。しっかり治療をしましょう！

歯の役割ってなあに？

歯の一番の役割は、食べ物を細かくかみ砕いて、栄養を吸収しやすくすること。

でも、歯にはそのほかにも大切な役割がいっぱい！ クイズに答えながら考えてみよう。

Q 歯がなくなったらいつものようにできなくなるのは、次のうちどれでしょう？

1 国語の授業の音読



2 休み時間のボールあそび



3 ご飯を味わってたべること



A 答えは… ゼーんぶ！

発音や会話をはっきりできるのは、歯がきちんとそろっているおかげです

走ったり力を出すときには、ぎゅっと歯をくいしばります。歯は、運動にも大切です

よく噛むと歯ごたえや食感、味を楽しむことができ、噛む刺激で脳が活発になります

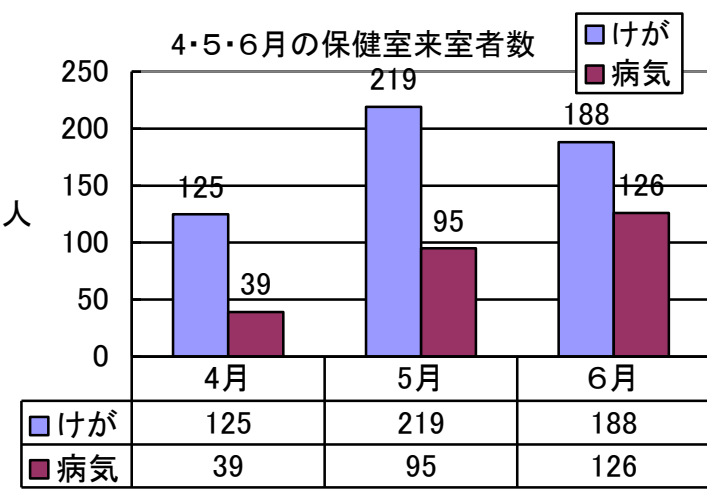
◆◆健康診断後の受診率は？◆◆

耳鼻科 61%

眼科 66%

歯科 先週お便りを配付したばかりですが、すでに10人以上の人が治療済みです。

病院を受診するのは、手間と時間がかかって大変ですが、定期受診のつもりで行ってください。受診報告書は病院を受診後、担任の先生に提出してください。



6月にけがで保健室に来た人は188人。病気は126人でした。
5月よりもけが人は減りましたが、病気の方は増えてしまいました。7月になって気温が上がり、熱中症も心配されます。朝ご飯をしっかり食べて、エネルギー補給をし、熱中症を予防しましょう。



夏に下着は
いらない？
No, No

夏の下着の大切な役割は

① 体を清潔に保つ

下着は汗や汚れを吸収するので、肌を清潔に保てます。汗をかいて体臭が気になる人も、下着が汗を吸収し、発散してくれるのでニオイが気になりません。



② 衣服内の温度変化から体を守る

建物の中は、エアコンが効いている所が多いです。汗をかいたまま室内に入ると急に冷えて体の不調をまねいてしまいます。でも下着を着ていると衣服内の温度の変化を小さくできます。



ほっと保健室 すりきず洗い名人がたくさん！！

小学校の保健室には、転んでけがをした子がたくさん来ます。ある日の昼休みは、一気に5人来ました。それぞれ膝や肘がすりむけていて痛そうです。

徳倉小の子どもたちのえらいところは、言われなくても傷口を洗ってくる。4月に徳倉小に来たときには、ほとんどの子が自分で水洗いしてくるので、驚きました。

自分で応急手当ができる徳倉小のみんなは素晴らしいです。

