



2017年7月4日
上間小学校
保健室

日ごとに暑くなってきました。ジュースやアイスクリームなどを摂り過ぎていませんか？またクーラーのきいた涼しい部屋ですずっとゲームをしたりテレビを見たりしていませんか？こんな生活では、夏バテしてしまいますよ。健康に夏を過ごす為に、正しい生活習慣を心がけ、ケガに気をつけながらたくさん遊んで下さいね！



☆夏を元気にすごそう！



4月～6月にかけて視力・聴力・心電図・諸検査・内科検診や歯科検診などの全ての健康診断が終わりました。病気や異常のあるお子さんへは、緊急性の高い項目からご家庭に通知しています。(内科検診・聴力検査はこれから配布します) 精密検査や治療の必要な方は早めに検査や治療を受けましょう。

☆☆6月28日 児童朝会で、6年間むし歯なしの6年生8人が表彰されました！☆☆

- 仲本 蓮さん (6-1) 藤本ねいろさん (6-1)
- 大城 歌音さん (6-1) 赤嶺 姫奈乃さん (6-1)
- 喜納 秀斗さん (6-2) 知花 菜々美さん (6-3)
- 宮城 大輝さん (6-3) 久手堅友咲さん (6-3)



4月から6月にかけて、歯科検診をしました。むし歯ありの児童が低学年に多いです。歯磨きをしているようで、きちんと磨いてないことが原因です。仕上げ磨きをだれか大人の方(母・父・姉・祖父母誰でも)が夜だけでもやってみませんか？毎日できなくても、続けることが大切です。

人数	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
むし歯なし	34	25	18	16	27	26	146
治療完了	19	19	26	31	31	22	148
むし歯あり	40	53	52	42	38	33	258
実施人数	93	97	96	89	96	81	552

※定期的に歯科検診を受けましょう。

人数 (%)	1年:91人実施	2年:95人実施	3年:97人実施	4年:89人実施	5年:97人実施	6年:82人実施
1.0以上	75 (82.4%)	69 (72.6%)	57 (58.8%)	54 (60.7%)	42 (43.3%)	43 (52.4%)
0.9~0.7	11 (12.1%)	12 (12.6%)	14 (14.4%)	10 (11.2%)	8 (8.2%)	9 (11.0%)
0.6~0.3	5 (5.5%)	11 (11.6%)	18 (18.6%)	9 (10.1%)	19 (19.6%)	9 (11.0%)
0.2以下	0	3 (3.2%)	8 (8.2%)	16 (18.0%)	28 (28.9%)	19 (23.2) %

※学年が上がるにつれ、0.2以下の視力の人が増えています。
眼科専門医を受診し、適切な指導を受けて下さい。



気をつけよう！熱中症



夏の日差しや、高温多湿の気候は、子どもの体に大きな負担がかかります。なかでも心配なのが、

熱中症(熱射病・日射病)。正しい知識を身につけて、暑い夏も安全に楽しく過ごしましょう！



熱中症！？と思ったら～意識がある場合～

☆涼しい所で休ませる

涼しく風通しのよい場所に頭を高くして寝かせる。衣服のボタンやベルトを外す。



☆水分の補給

イオン飲料など少量の塩分が入った水分を補給する。



☆体を冷やす

首の後ろに冷たいタオルなどを当てる。風を送る。



こんな時は救急車を!!!!

- 意識がない
 - 水分の補給が出来ない
 - 呼吸が不規則で脈が弱い
 - 唇・爪・皮ふが青紫(チアノーゼ)
 - けいれんを起こしている
 - 熱が下がらず、ますます上がっていく
- ※救急車到着までは、子どもを動かさず、あおぐなどして体を冷やします。



◇熱中症にならないために！

●外に出る時は必ず帽子をかぶりましょう！

●外に出る時間帯、長さを考えましょう！

●高温の室内や車の中での熱中症が急増しています。気をつけましょう！

