

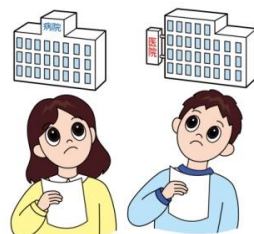
ほけんだより



令和2年6月11日
広神東小学校 保健室

健康診断日程の変更について

コロナウイルス感染症の影響で、予定していた歯科検診が2学期以降に変更になりました。また、内科検診も5月から6月に変更になりました。すでに、眼科、耳鼻科検診は終了し、受診が必要な人にはお知らせの用紙をお渡ししました。確認をお願いします。



「視力検査の結果のお知らせ」について

眼科医の指導で1. 2年生は「B」以下、3年生以上は「C」以下の場合にお知らせをしています。学年により基準が異なっています。ご承知おきください。メガネは作ったけれど、学校に持参していないというお子さんもいます。学習に支障がないように、お子さんの様子を確認いただきたいと思います。



歯科保健指導・フッ化物洗口について

毎年、「お口の健康教室」として新潟県歯科保健協会の歯科衛生士より指導をしていただいていた。今年度はコロナウイルス感染症の影響で中止となりました。しかし、6月中に担任と養護教諭で全学年1時間の指導を予定しています。その他、元気アップ週間中の歯みがきチェック、委員会活動で歯みがきの順番を教える活動を実施しています。



フッ化物洗口についても、緊急事態宣言終了後から開始するというので、1か月遅れの6月4日から開始しました。「臨時休業で生活リズムが乱れやすかったり、フッ化物洗口の遅れ、歯科検診の遅れなどで、歯の健康が心配される」と歯科医の報道もありました。

6月の元気アップ週間にもカードに歯磨き記録を行います。口腔内の細菌を減らすことは様々な病気の予防につながります。家庭での歯磨きの様子、仕上げみがきなどをお願いします。



保健委員が歯みがきCDに合わせ、みがく場所を示しています。また、みがき方のポイントも掲示しています。毎日行っている歯みがきですが、みがき残しなくできるように、再確認しながらみがいています。

新型コロナウイルス対策

体育館入口で消毒する子どもたち



休み時間後の手洗いの様子



新しい生活様式定着のため、体育館・図書室の入口、児童玄関にアルコール消毒ができるように設置しています。不特定多数がさわるボールや遊具、図書の本などに触れる場合は活用するようにしています。アルコールの供給が十分ではないため、基本は手洗いです。休み時間が終わると、保健委員が「あわあわ手洗い」の歌を流しています。その歌に合わせて、しっかり手洗いをしていた3年生や1年生。入学して間もない1年生も身についている、そんな姿を見るととてもうれしく感じます。

また、文部科学省から消毒について通知がありました。ご家庭にある洗剤に含まれる界面活性剤が、新型コロナウイルスの消毒に有効であると示されています。NITEのホームページから有効な洗剤リストや、分かりやすいパンフレットを見ることができます。日常の掃除などの際、活用してみたいはいかがでしょうか？

パンフレット→ (<https://www.nite.go.jp/data/000109484.pdf>)

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

気温が高くなり、熱中症にも配慮が必要です。環境省、厚生労働省では、新しい生活様式を踏まえた、予防行動について示しています。

- ① **暑さを避ける。**⇒学校では30℃以上の場合、エアコンを使用しています。
- ② **適宜マスクをはずす。**屋外で人との十分な距離を確保できる場合は、マスクをはずす。
⇒学校では体育の時間、休み時間屋外で距離を取り遊ぶ場合、マスクをはずしています。
- ③ **こまめに水分補給**⇒学校では水筒を持参し、適宜水分補給を行っています。
- ④ **日頃から健康管理を**⇒学校では毎日健康観察カードで体調の確認をしています。
- ⑤ **暑さに備えた体づくり**⇒暑くなり始めの頃から適度に運動をしましょう。

☆最近、マスクと熱中症を結び付けて報道されています。マスクをしているから熱中症になるということではなく、適切に水分・塩分が補給されていれば予防はできます。朝食はしっかり食べさせてください。特にみそ汁は適切な塩分補給になります。十分な睡眠、ご飯にみそ汁など塩分補給を考慮した食事にご配慮ください。必要に応じて水筒にも塩分補給をお願いします。

