

けんこうひろば



南小学校ほけんだより
令和8年3月6日 発行

3月の保健目標 健康生活の反省をしよう。

まだ寒い日もありますが、だんだんと暖かさを感じる季節となってきました。

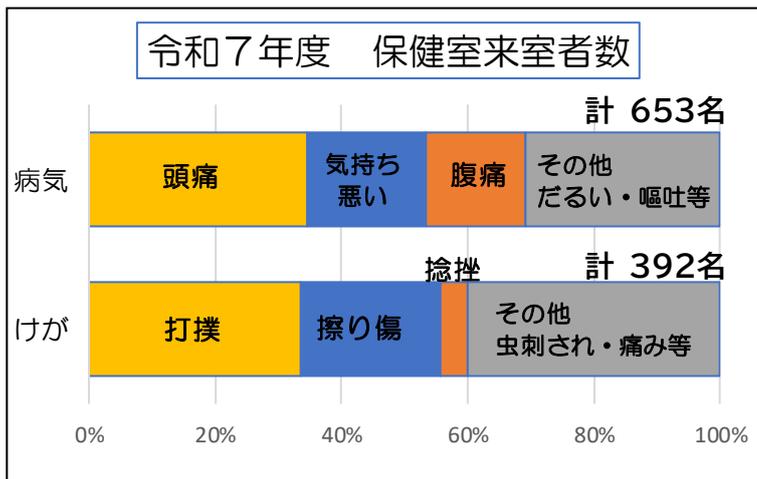
来月からは新年度です。1～5年生はそれぞれ上の学年への進級、6年生は中学校への入学と、それぞれ新しいステージでの生活となります。進級や卒業を前に、子供たちは新しいことに挑戦したい気持ちがふくらんでくる季節です。ご家庭におかれましても、来年度に向けて、今年度の健康生活についてお子さんと振り返ってみてください。

また、保護者の皆様には、保健関係や感染症対策において、様々なことにご協力いただき、心より感謝申し上げます。



今年度もお世話になりました

令和7年度の保健室 (令和8年1月末まで)



けが

けがの多い場所 ①校庭 ②教室

病気

多い時間帯 ①授業中 ②休み時間

保護者の皆様におかれましては、けがや病気による早退や受診等の対応、感染症対策へのご協力ありがとうございました。

歯科受診状況 (令和8年2月末まで)

* R7 検診時 むし歯ありの児童 25名

* 受診勧告人数 129名

(歯列咬合、歯垢、歯肉等の要受診者を含む)

受診済み 72名 55.8%

未受診者 57名

(受診報告書未提出者)

眼科受診状況 (令和8年2月末まで)

* R7 検診時 視力検査B～Dの児童 72名

* 受診勧告人数 72名

受診済み 37名 51.4%

未受診者 35名

(受診報告書未提出者)

※健康診断で異常が見つかったお子さんには、結果の通知とともに受診の勧告をさせていただいております。

すでに受診がお済みでしたら、学校へ連絡してください。

むし歯や口腔状態の異常(歯肉炎、かみ合わせ、歯石など)は、ひどくなるほど治療にも時間がかかりますので、できるだけ早めの検査、治療をお勧めいたします。

小中合同学校保健委員会を開催しました

2月25日(水)に、南小中合同学校保健委員会を開催しました。今年度の保健室来室状況、体力テストの結果、学校安全の取組について報告を行いました。

校医の先生方より

学校医 會澤 治 先生

○ 感染症について

・インフルエンザB型が流行する要因は、主に3つである。

- ① 近年流行していないため、免疫がない。
- ② この時期の気候(乾燥・低温)は流行しやすい。
- ③ A型に比べ症状が軽い。自身で判断して、受診・検査をせずに診断がつかないため、周囲に拡がる可能性がある。



・最近、ノロウイルス等の感染性胃腸炎が増えてきている。感染性胃腸炎は、少しのウイルス量でも感染力が非常に強いので、注意してほしい。

○ 選定療養費について

茨城県で救急搬送における選定療養費制度が始まり、一年経過した。この制度は、医療機関の過重な負担を減らすためのもので、実際に救急車の不正な利用が減り、効果はみられている。

しかし、学校での事故による緊急時対応において、判断に迷う場合は、119番してほしい。受診して何事なければ安心できる。学校の救急要請について、保護者の皆様には理解していただきたいと思う。



○ 花粉症について

低年齢化が進んでおり、保育園から罹患している子供もいる。

花粉症を予防・緩和するためには、いかに花粉との接触を減らすかが大事である。接触時間が増えると、症状も悪化する。マスクやメガネの着用、屋外から屋内に入る時に服や髪の毛に付いた花粉をはらうこと、室内に入ったらいや洗顔をすることなど、できる限り花粉に触れるのを避けることが大切である。着用する服についても、毛糸などの素材は花粉が付きやすいので、付きにくいナイロン素材などの服をおすすめする。症状がひどい子供は、帰宅後すぐにシャワーを浴びることも勧めたい。

服薬することも大事であり効果的ではあるが、飲むと眠気やだるさが出る薬もある。花粉症によるだるさと服薬によるだるさのどちらを優先するか、ご家庭でお子さんとよく相談してほしい。

学校歯科医 中島 京樹 先生

○ かみ合わせについて

近年、よく噛まないためにかみ合わせが悪い事例が増えている。かみ合わせが悪いと、歯を食いしばることができないため、偏頭痛の原因になったり、スポーツでパフォーマンスを出し切れなかったりするなど、様々な影響がある。ご家庭でも咀嚼力を保持増進できるようにお願いしたい。



○ 花粉症について

低年齢から花粉症や副鼻腔炎症状がある場合、上顎や頬骨周辺に炎症が起こることがある。その結果上顎の成長が止まり、歯並びに影響が出ることがある。そのため、花粉症や副鼻腔炎の症状がみられたら、早めに受診して、治療してほしい。