ほけんだより

郡山市立小原田小学校　６月号　令和７年５月２９日

郡山市内では、一部の小学校で**水ぼうそう**が多く出ているようです。本校でも感染した児童がいましたので、念のため注意が必要です。水ぼうそうは予防接種をしていても、感染・発症してしまうことがあります。水ぼうそうは出席停止になる病気ですので、発熱・発疹などの症状が出た場合は、すぐに病院を受診しましょう。

また、最近は朝晩の気温差や慣れない暑さで、体が疲れやすくなっています。病気に負けないように、いつもより**早く寝て、朝ごはんをしっかり食べる**などして**体調管理に気をつけ**ましょう。ご家庭でも、引き続きお子さんの健康観察をよろしくお願いします。

６月の健康診断

内　容	日　付	対象学年	注意事項など
尿検査　２回目	６／　６（金）	対象者	・対象者のみ、朝の第一尿を取り、８：１０～保健室へ提出する。
尿検査　３回目	６／１８（水）	対象者（二次検査）	
眼科検診	６／１２（木）	全学年	・前髪が目にかからないように、ピンなどで止める。
耳鼻科検診	６／１９（木）	１、３年	・髪を結ぶか耳にかけ、両耳を見やすくする。

☆**眼科検診や耳鼻科検診では**、髪の毛が目や耳にかかっていると大変診察しにくくなるため、**髪の毛をピンでとめたり結んだりしてきてください。**

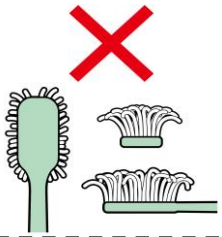
☆耳鼻科検診では、医師が手を消毒して児童の顔（あご付近）を触りますので、**消毒液で肌が荒れてしまう人は、検診の前日までに担任に申し出てください。**

歯を大切にしよう！

今年度の**小原田小学校の歯と口の健康週間は、6月12日（木）～18日（水）**です。この期間、１、２年生を対象に、教室で保健委員会の児童が歯についての絵本の読み聞かせを行う予定です。

この一週間は、学校でもご家庭でも、意識して丁寧に歯みがきをしましょう。学校歯科医の伊波先生から、「**乳歯があるお子さんには、保護者の方に仕上げみがきをしていただきたいです。**」とお話がありました。できる範囲でご自宅での仕上げみがきについて、保護者の方のご協力をお願いいたします。

また、歯ブラシの毛先が開いていないかチェックし、毛先が開いた歯ブラシは、新しいものに取りかえてください。



意外と知らない？

歯のクイズ

あなたは何問正解できるかな？！正解は、一番下にあります。

1、人が1日の食事でかむ回数は？

①３００回
②６００回
③１０００回

2、むし歯ができやすい時間帯はいつ？

①ねむっているとき
②食事しているとき
③いつでも同じ

3、奥歯でかむ力の大きさはどのくらい？

①５キロ
②１５キロ
③自分の体重と同じ

4、奥歯が1本なくなると、かむ力はどうなる？

①ほとんどかわらない
②半分になる
③８０％くらいになる

1の答え：②（本当はもっとかんだ方がむし歯予防によい）　2の答え：①（ねている間はつばが少なくなり、むし歯ができやすい）
3の答え：③（かむときはすごく強い力がかかっています！）　4の答え：②（物をかむために、奥歯はとても重要です）