

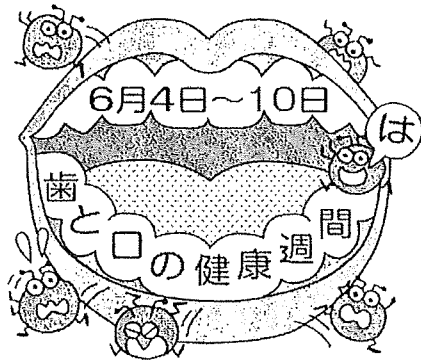
ほけんだより 6月

京丹後市立丹後小学校 保健室 令和 3年 5月31日(月)

今年^{ことし}は早くも5月に梅雨^{つゆ}入りしました。さわやかな風^{かぜ}が吹くはずの5月にしっかりと雨^{あめ}が降る日^ひが多^{おほ}かったです。床^{とこ}や地面^{ぢめん}がぬれてけが^{けが}をする人も。雨^{あめ}の日^ひには下^{した}のような事^{こと}に気^きをつけましょう。



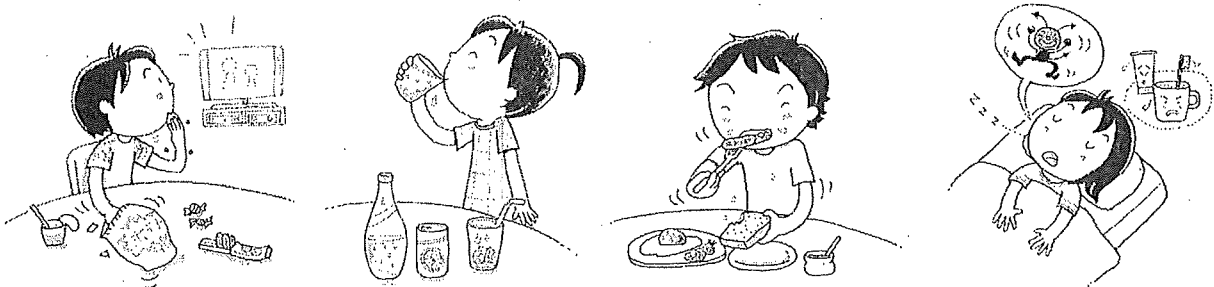
- 足元^{あしもと}に注意^{ちゅうい}する
- 横^{よこ}にならんで歩^{ある}かない
- 傘^{かさ}の使^{つか}い方^{かた}に気^きをつける
- 周^{まわり}りをよくみ^みて歩^{ある}く



6月4日~10日は、歯と口の健康週間です。

3日(木)には、歯科校医^{しかこうい}の先生^{せんせい}の歯科検診^{しかけんしん}もあります。
 今^{いま}の自分^{じぶん}の口^{くち}の中^{なか}を知る^{しる}機会^{きかい}です。むし歯^{むしは}になりやすい人^{ひと}も
 そうでない人^{ひと}も自分^{じぶん}の食生活^{しょくせいかつ}や生活習慣^{せいかつしゅうかん}をふりかえってみましょ
 う。

むし歯になりやすい習慣は・・・



- 口^{くち}だらだら食^たべる
- 口^{くち}甘いものばかり飲^のむ
- 口^{くち}食^たべ物をよくかま^まない
- 口^{くち}歯^はみがきせず^{せず}に寝^ねる

き 気になる夏の感染症

夏に流行する感染症のことを夏かぜと呼びます。主な夏かぜには・・・

手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱（プール熱）があります。

手足口病・・・手・足・口に発疹が出る病気です。

小さい口内炎ができ時には高熱が出ます。

エンテロウィルスやコクサッキーウィルスによる感染症ですが型によっては熱が出ないものもありますが、合併症を起こすこともあり注意が必要です。

ヘルパンギーナ・・・急に高熱、のどに水泡のような発疹。熱は1、2日で下がりますが水泡が破れて口内炎になるのでのどの痛みが続きます。

咽頭結膜熱（プール熱）・・・高熱とのどの発赤、腫れ、扁桃腺のような白いもの。目が真っ赤になり、目やにが出る結膜炎の症状も特徴。目やにの中にもウィルスがいるのでプールでうつることもありプール熱とも呼ばれています。

いずれも感染拡大防止のためには手洗いが大切です。

咽頭結膜熱（プール熱）は第2種感染症に指定されていて、もし医師に咽頭結膜熱と診断された場合は「主要症状が消退した後2日を経過する（熱が下がった日を0日として）まで」出席停止となります。

21日からプールが始まります。 ・爪は短く切っておきましょう。

・タオルやゴーグルは自分のものを使うようにしましょう。

6月の保健行事

2日 (水)	内科検診 (欠席者)
3日 (木)	歯科検診 13:30～
8日 (火)	耳鼻科検診 13:30～
9日 (水)	心臓検診欠席者 13:00
10日 (木)	検尿2次検査 (1次で異常があった人)
15日 (火)	眼科検診 14:30～
15日 (火)	体重測定 ②1年 ③2年
16日 (水)	体重測定 ②3年 ③4年
17日 (木)	体重測定 ②5年 ③6-1 ④6-2
29日 (火)	心臓二次検診 13:30～ (心電図検診で異常が見つかった人)

検診前に問診票配布
します。4日(金)ま
でに提出して下さい。

