

# えがお

上尾市立尾山台小学校 保健室  
ほけんだより (児童数配布)  
令和4年4月8日 No. 1



## 4月の保健目標 「健康診断を受けて自分の体を知ろう」

### にゅうがく しんきゅう ご入学・進級おめでとございます！

ピカピカの1年生を迎え、尾山台小学校の1年がスタートしました。これからみなさんの健康をサポートしていきます。養護教諭の 役割です。ほけんだより「えがお」では、健康情報や子供たちの様子などをお伝えしていきたいと思っております。お子さんと一緒に読んで体のことや健康のことを話してみてください。1年間どうぞよろしくお願いたします。

### ほけんしつ とき き 保健室は、こんな時に来てください！

- ① ケガをしたとき
- ② 体調が悪いとき
- ③ 悩みごとや心配ごとがあるとき
- ④ 体や健康について知りたいとき

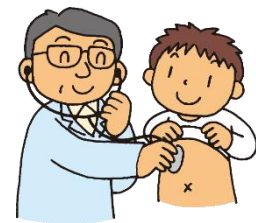


### 「きずの手当て」について

けがをしたら、以前は、消毒液を使用していましたが、現在はまず「流水でよく洗う」ことがよい方法といわれています。本校の保健室でも、消毒液は使わず、まずはしっかり洗って汚れを落とします。その後、乾燥しないようワセリン（皮膚と同じ成分）をつけたバンソウコウで保護します。学校での処置は、応急手当になりますので、その後はご家庭で湿潤療法、従来の方法等に対応をお願いします。化膿しないように、清潔を保つようにしてください。

### 校医の先生方をご紹介します

ないか (内科)	かみひら 上平	まさかず 晶一	せんせい 先生	かみひらないか (上平内科クリニック)
じびか (耳鼻科)	なかじま 中島	まさみ 正己	せんせい 先生	あけお (上尾かみクリニック)
がんか (眼科)	よこづか 横塚	けんいち 健一	せんせい 先生	がんか (よこづか眼科)
しか (歯科)	しらとり 白鳥	ゆういち 裕一	せんせい 先生	しらとりしか (白鳥歯科・矯正歯科)
やくざいし (薬剤師)	よねもと 米本	たかのり 崇矩	せんせい 先生	やっきょく (あおば薬局)



※ 健康診断や保健管理、環境衛生検査などで一年間お世話になります。

## ☆からだの相談・質問について

おうちの方や友達、先生などにも聞きにくかったりするからだのことでありませんか？健康診断の当日は、全員を診断してもらわないといけないからゆっくりと校医の先生とお話する時間はありません。相談や質問がある人は、前もって保健室へきて、教えてくださいね。

## 保護者の方へ



## ☆健康診断について

学校で行われている健康診断は、病気などの疾病の疑いがあるかどうかを調べるもの（スクリーニング）です。最終的な診断・治療については、医療機関で受診する必要があります。健診の結果、医師の診察を受けた方がよいと判定された場合は、その都度お知らせいたします。

## ☆新型コロナウイルス感染症について

依然として世界で猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症。引き続き、一人ひとりが「かからない」「広げない」という意識をもって、気をつけて生活することが非常に重要です。

### ○登校前に気をつけていただきたいこと

ご家庭において、毎朝、検温と風邪症状の確認を引き続きお願いします。8時15分までにさくら連絡網に入力をお願いします。欠席・遅刻の連絡もさくら連絡網でお願いします。

### ○お子様に発熱等の風邪症状が見られる場合や家族に体調不良者がいる場合

ご自宅で休養していただくこととなります。児童・家族の体調不良により学校をお休みする場合は、学校にご連絡ください。その場合は、出席停止となります。

### ○ほけんセットの持参について

感染症蔓延防止のため、学校では、原則として常時マスク着用、こまめな手洗いの励行等を呼びかけております。①予備のマスク②予備のハンカチ、ティッシュをランドセルにご準備いただきますよう、よろしくお願いします。

## ☆給食後の歯ぴかタイムの実施について

新型コロナウイルスとともに生きていく『新しい生活様式』の下で、学校ではさまざまな予防対策が行われています。歯みがきについても、「歯みがきによる飛沫、ブクブクうがいとその水の吐き出しなどは、ウイルス感染のリスクがあるのではないか…」という声がありますが、歯みがきは、口腔内を清潔に保つことで、さまざまな感染予防になると言われています。日本学校歯科医会が、安全に学校で歯みがきをするためのチェックリストを作成しました。このチェックリストをもとに、一人ひとりが安全に気を付けて歯みがきを行うよう指導しています。

- ☑ とりのりと距離をとって、みがきましょう。（ソーシャルディスタンス）
- ☑ 歯みがき中は、換気をしっかりしておしゃべりをしません。
- ☑ 歯みがき中は、できるかぎり上下のくちびるを結びましょう。
- ☑ 前歯の裏側をみがくときは、もう一方の手でおおひましょう。
- ☑ ブクブクうがいは、できる限り少ない量で行うようにしましょう。水をはきだすときは、できるだけ低い位置からゆっくりはきだすようにしましょう。使用した歯ブラシは、流水でよく洗ひましょう。

