



ほけんだより6月

令和7年5月30日
墨田区立小梅小学校
校長 増渕 裕美
養護教諭 榎本 郁恵

6月は雨の多い時期です。夏にむけて、気温が高くなるだけでなく、湿気も多いのでじめじめとむし暑い日が続きます。季節の変わり目で、朝晩は冷えることもあるので、体調を崩さないよう規則正しい生活をし、梅雨のじめじめに負けず、元気にすごしましょう！



もくひょう

歯を大切にしよう

6月4日から6月10日は『歯と口の健康週間』です。小梅小では6月9日(月)から6月15日(日)までを『小梅っこ歯と口の健康週間』とし、歯みがきがんばりカードと、歯垢染め出しに取り組みます。

歯と口の健康週間は、自分の歯と口の健康を考える大切な時間です。歯みがきをするとき、鏡で自分の歯と歯ぐきの様子をよく見てみてください。歯は何本生えているかな、むし歯はないかな、歯ぐきははれていないかな…など、チェックしてみてください。

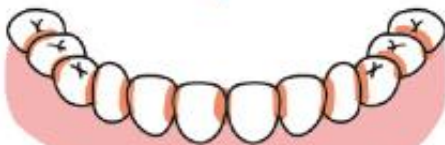
みがきのこしが 起きやすい場所



歯の高さが違うところ



歯と歯の間



奥歯のみぞ



歯と歯肉のさかい目



歯のうら側



水泳指導が始まります！！

6月9日（月）から水泳指導が始まります。安全な水泳の学習ができるように、保護者のみなさまには、以下のポイントを中心に健康管理・観察をお願いします。

○爪切り、耳掃除はしてあるか。

○前日よく眠れたか。

○朝ごはんはしっかりと食べられたか。

○当日朝の体調はどうか（発熱・頭痛・腹痛・のどの痛み・だるさ等ないか）。



また、内科・耳鼻科・眼科健診でお知らせをもらったお子さん、内科・耳鼻科・眼科健診を欠席等で未受診のお子さんは、必ず専門医を受診してください。場合によっては水泳の学習に参加できない場合があります。

お子さんが水泳の学習に参加する際の注意事項等（医師からの指示等）ありましたら、必ず学校までお知らせください。よろしくお願いします。

小梅っこ歯と口の健康週間について

6月4日（水）、10日（火）に歯科検診を行います。歯科検診の結果を「**歯科健康診断結果のお知らせ**」（黄色）として配布いたします。お知らせをもらった方は、早めの受診をお願いします。今回の検診で異常の疑いがない児童には配布していません。引き続き御家庭で口腔ケアを続け、気になることがあった場合は、歯科医に御相談ください。

小梅小では6月9日（月）から6月15日（日）を「**小梅っこ歯と口の健康週間**」として、歯みがきがんばりカードと、歯垢染め出しに取り組みます。この機会にお子様の歯と口の様子を確認し、歯みがきなどの口腔ケアが習慣化できるようにしていただきたいと思います。御協力をお願いします。詳しくは今後お配りするお手紙を御確認ください。



保健室から



4・5月と様々な感染症への罹患の報告が出ています。まず1つめが、**百日咳**です。百日咳は気道感染症の1つですが、“百日”という名の通り、長期にわたって症状が持続することが特徴です。低年齢、低月齢では死亡する例もあり、予防すべき感染症の1つとされています。本校でも数名、百日咳の罹患報告が上がっています。長引く咳の症状がある場合は、医療機関を受診し、診察を受けるようにしてください。**百日咳は出席停止となります。**罹患した場合には学校まで御連絡ください。2つめが**流行性角結膜炎**です。流行性角結膜炎（はやり目）はアデノウイルスに感染することで発症します。接触感染といって、罹患者の使用したタオルや洗面器などに触れることで感染します。**感染力が非常に強く**、家庭内感染にも気を付けなくてははいけません。こまめな手洗い、同じタオルを使わないなど、予防に努めてください。これから水泳指導が始まります。目の充血や目やに等の症状がある場合は、専門医の受診をお願いします。そのほかにも、溶連菌感染症、インフルエンザの罹患報告が出ています。学校感染症にかかった場合は出席停止となりますので、必ず学校へ御連絡ください。また、登校の際に、**登校届**の提出をお願いいたします。よろしくお願いします。