

ほけんだより

令和8年3月23日
大田区立南六郷小学校
校長 小沼 一実
養護教諭

イラスト削除済み ホームページ用

朝夕は寒い日もありますが、春の風にあたたかさを感じます。こどもたちは、今日も校庭で元気に外遊びをしています。外遊びは骨や筋肉だけでなく、睡眠や視力にも良い影響があります。

学校保健委員会（こどもの健康を語る会）

2月18日に学校保健委員会を実施しました。保護者の方にもご参加いただき、ありがとうございました。会の中での話題について簡単にまとめました。

1. 学校医、学校薬剤師より

内科校医：

インフルエンザ流行について。教室などで50%程度の湿度が適切。換気。顔の周りを触らない。インフルエンザの予防接種は重症化を防ぐもの。

眼科校医：

こどもに近視が多く、タブレットやスマホ利用で悪化。

強度近視は将来の病気のリスクになる(緑内障など)。

矯正をすることが大事。最近は近視予防のものも色々あるが、自費で高額。

耳鼻科校医：

健康診断で耳垢が多かった。耳垢が鼓膜にまである状態でプールに入ると耳が痛くなる。

感染症対策のために鼻呼吸が効果的、集中力もアップ。

学校薬剤師：

3学期の教室の空気検査の結果、湿度が34%だった。インフルエンザの予防のためにも、室内に濡れた布や水を置くなど、湿度対策をすることが望ましい。

2. 南六小のこどもの健康について

体力テストの結果、生活と健康、給食の様子、定期健康診断の結果等、本校のこどもの様子。

3. ミニ講演会

歯科校医：大場先生 「こどもの歯の健康について」

むし歯と、おやつ・フッ素・歯並びなどの関連がある。

歯並びは生活習慣が影響する。よく噛む、指しゃぶりをしない、

鼻呼吸、正しい姿勢、食後に歯磨きは、むし歯予防に有効。



4. 質疑応答

質問1 歯の黄色い色と歯の強さは関係するか？

→歯の強さとはあまり関係はないと思う。歯は唾液で洗われると黄色くなる。黄色い色は遺伝の影響もある。

質問2 学校では給食後に歯磨きの時間がとれない。何かできることはあるか？

→うがいするだけでも効果的。食べかすを洗い流すとよい。

質問3 フルミスト（鼻から噴霧するタイプのインフルエンザ予防ワクチン）は、どうか？

→効果は注射と大差ないと思うが、生ワクチンなので、接種後はかぜ症状がでる。

ほけんだより

こども版 ばん

けんこう せいかつ おく ねんかん
健康な生活を送れたか1年間をふりかえろう。

みなさんは、この1年間健康に過ごすことができましたか？
 4月からも、けがや病気をふせいで、元気に学校生活をおくる
 ことができるように、毎日の生活を振り返ってみましょう。

今年1年間の保健室の様子をお知らせします。(令和8年1月まで)

★保健室を利用した人 **2991**人(けが・びょうき)

いちばんおお めい
一番多かったけが名は？

「だぼく(762人)です。

ボールや友達とぶつかる人が多
 かったです。机やかべにぶつかる
 人もいました。気をつけましょう。

いちばんおお びょうめい
一番多かった病名は？

「頭痛(455人)です。

一番多かった月は10月(68
 人)でした。原因が睡眠不足だっ
 た人が多く、気になりました。

けがや びょうきなど 病気等	だぼく	すり傷	ねんざ	つき指	きり傷	はな血	ま頭つう	はくつう	こころ	はきけ	その他
人数 (人)	762	360	87	73	62	50	455	383	225	127	496

※その他・・・まめ・とげ・きがえ・やけど・貧血・急に痛くなった など

11・12月にインフルエ
 ンザが流行しました。

感染症にかかった出席停止者(令和7年4月から令和8年2月まで)

- ・インフルエンザ 161人
- ・マイコプラズマ感染症 2人
- ・新型コロナウイルス感染症 4人
- ・流行性耳下腺炎 1人
- ・溶連菌感染症 12人
- ・感染性胃腸炎 4人
- ・流行性角結膜炎 1人