

# すこやか

令和 8 年 6 月 1 日  
大田区立大森第三小学校  
校長 井上 光広  
養護教諭 島田 留美  
椎名 彩加

こどもたちは、新しい学年に少しずつ慣れ、運動会の練習に元気に取り組んでいました。

しかし、気温差や疲れなどから、熱中症の症状（頭痛、気持ち悪い、くらくらする）や、腹痛など体調の悪くなる子ども目立ちます。

睡眠を十分にとり、体調を整えてください。またこれから雨の日、むし暑い日が多くなります。衛生管理、清潔面にも十分気を配ってください。



## 6月4日～10日は歯と口の健康週間です

虫歯になりやすい場所 → この4か所に注意して、ていねいにみがきましょう。



奥歯のみぞ



歯と歯ぐきの間



歯並びがでこぼこしているところ



歯と歯の間

## 虫歯・要注意乳歯

2、4、5、6年生の歯科検診が終わりました。虫歯ありの人は全体的には少なかったのですが、なかには何本も虫歯があった人や大人の歯に虫歯が見つかった人もいました。虫歯は放っておくと進んでしまいます。早めに受診してください。また要注意乳歯のお知らせがあった人は、永久歯が下や横から生え始めている状態です。こちらも早めに受診し確認してもらいましょう。

## 歯列・歯垢・歯肉炎

歯科検診では、一生健康な歯を持ち続けられるように、という視点から虫歯だけでなく、歯並びやあごの状態、歯垢や歯肉についてもみています。歯肉が赤くはれていたり、歯垢がついていたりする場合は、ていねいな歯みがきで症状が良くなると言われています。

また現在矯正中で定期的に歯科受診している人は、次回受診時に歯科医院で書いてもらうか、保護者の方が受診連絡票に記入し学校に提出をお願いいたします。

## 水泳学習がはじまります！

### 水泳前に注意することは？

- ・ 耳・鼻・眼の病気の治療は終わっていますか？
- ・ 爪きり、耳掃除はしてありますか。
- ・ 前日よく眠れましたか。
- ・ 朝ごはんはしっかり食べられましたか。
- ・ 当日朝の体調はどうですか。  
(発熱、頭痛、腹痛、咳、だるさ等はないですか)



## 保護者の方へお願い

今年度1、2、6年生の耳鼻科検診は5月20日（水）に実施しました。6月8日（月）の水泳指導開始までの期間が短くなっております。御注意ください。

6月4日（木）の歯科検診（1、3年生）で定期健康診断は終了します。心臓健診2次と腎臓検診3次検査の結果はまだ出ていませんが、治療を要する病気や検査を必要とする人には個々にお知らせしています。すべての健康診断の結果は7月に「けんこうカード」でお知らせします。

もうすぐプールが始まります。

★受診連絡票の提出がないと入れません。



### ①耳鼻科・眼科検診

黄色 緑色 ←紙の色

この2つの検診で結果のおしらせをお渡ししている場合は、受診連絡票がないとプールに入れません。また検診欠席者も、検診を受けた報告が必要となります。できるだけ早く受診されるよう、お願いいたします。

### ②腎臓検診（3次）心臓検診（2次）対象者

検査結果が出て、校医さんとの健康相談後にプール参加の可否や、参加中の注意事項が分かります。それまでは入れません。

★プールに入る場合は絆創膏をとります。

絆創膏（モイストヒーリング絆創膏を含む）を貼った状態ではプールに入れません。プール内で絆創膏ははがれてしまいます。

またプール前にケガをした場合は、プール見学となる場合があります。

