

令和元年7月5日  
松波小学校  
No.10

# ほけんだより

7月に入りましたが、梅雨明けはまだ先のようです。急に気温が上がって汗をかいたり、かと思えば夕方ごろには寒くなったり。気温の変化が激しいと体調をくずしやすいので、衣服で調節したり、汗をかいたら着替えるようにしましょう。梅雨が明けたら、ピカピカの夏はすぐそこですよ。



## ☆健康診断がおわりました☆

4月からの健康診断がすべておわりました。心臓の検査や、目や耳の検査など、「どんなことするんだろう…」と緊張した人もいたのではないですか？お医者さんから「病院に行って詳しく診てもらったほうがいいよ。」という人に、「受診のお知らせ」を渡しています。視力、耳の病気、むし歯など、まだ受診をしていない人は、早く病院に行きましょう。



## ちなみに松波小では…

むし歯なし！は**48人**（すごい！このまま大事にしてね）  
むし歯があったのは**59人**（すぐに歯医者さんへ行きましょう…）  
歯垢（歯のよごれ）がついていたのは**47人**  
（ていねいな歯みがきが必要です）



ていねいな歯みがきが必要です！  
松小全体でがんばりましょう！



## おうちの方へ はみがき先生になるために…！

松波小学校では、中学校と連携した「はみがき先生」を昨年度から取り組んでいます。上級生が下級生を受け持ち、1年間みがき残しやみがき方を教えていく、というものです。5・6年生が「はみがき先生」になるためのトレーニングを来週から開始する予定ですので、ご家庭でもはげましの声をよろしくおねがいします。

# は 歯ピッカピカせんしゅけん!

今年も、歯ピッカピカせんしゅけんが始まりました! むし歯の治療が終わった人の数だけ、ゴールに近づくことができますよ。今のところリードしているのは3年生のようです。さて、一番早くゴールできるのは何年生だ・・・!?

学年ごとのむし歯があった人数は、

- 1年生9人、2年生12人
- 3年生11人、4年生10人
- 5年生8人、6年生10人でした!



## 夏に多い感染症

おうちの方へ

手足口病

口の中や手足などに発疹が出ます。熱が出ることもあります。



ヘルパンギーナ

39℃以上の高熱が出て、のどに小さな水疱がたくさんできます。



咽頭結膜熱 (プール熱)

39℃前後の高熱が出て、のどが痛くなり、目が充血します。



### かかってしまったら



のどや口内の症状があるときは、脱水にも注意が必要です



手洗いなどで二次感染を予防しましょう

石川県内でも手足口病が流行中です! 「手足口病警報」が発令されました。手足口病は病状により、医師が感染のおそれがないと認めるまで**出席停止**となります。診断された場合は、学校までご連絡ください。