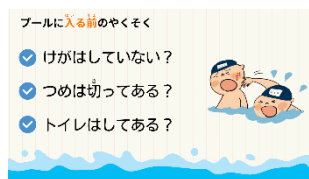


ほけんだより 7月

令和7年7月1日
わかやましょうがっこうほけんしつはつこう
若山小学校保健室発行
文責：毛利

6月下旬の全校集会で、水泳学習に向けての話をしました。入水前に自分の体の状態を把握すること、また、けがをしないように「3つのない」を指導しました。充実した水泳学習の時間を過ごせるよう、体調管理にも気を付けていきたいですね♪



●7月のほけん目標●

夏を元気にすごそう！



7月のほけん行事

- *せいけつチェック ⇨ 7日(月)
- *いい歯の白 ⇨ 11日(金)
- *いい姿勢の白 ⇨ 14日(月)

は 歯みがき大会

今年も5・6年生を対象に、全国はみがき大会に参加しました！

歯科検診で実際に記入している記録用紙も見てもらい、
う歯や要観察歯がある場所を自分でチェックする機会を
設けました。

保健室前には、若山小むし歯マップも掲示している
ので、1～4年生もむし歯ができやすい部分に気を付
けながら歯みがきをしましょうね！



は 歯みがきピカピカカード

<保護者の方からのコメント(抜粋)>

- ・歯をみがいているのか、くわえているだけなのか…。
- ・前歯を一本ずつみがくよう意識していたようでした。
- ・鏡をみながらみがいたら、もっとキレイにみがけるはず…とも思っています。
- ・「歯みがきするから時間計って！」と毎回自分から率先して歯みがきをしていました。
- ・夜は横になってウトウトし始めることもありましたが、声掛けで歯みがきをして寝ていました。

毎月1回の「いい歯の日」でも、鏡を見て歯みがきをすれば〇になっていたはずの人がいます！

給食後の歯みがきも、友だちとのおしゃべりを一度ストップして、自分の歯と向き合う時間にしましょうね♪



県内で **百日咳** の患者数が増えています！

※特に、①10～14歳 ②6～9歳で急増中



<症状>

- ・かぜ症状で始まり、次第に咳の回数が増える。
- ・コンコンと、連続して止まらない咳。
- ・夜間に咳がひどくなる。

<感染経路>

- ・飛沫感染…咳エチケットを！
- ・接触感染…しっかり石けん手洗い！

咳症状が長引く場合は
受診されることを
お勧めします

<出席停止期間>

特有の咳が消失するまで または 5日間の適切な抗生物質製剤による治療が
終了するまで

→病院で診断された場合は、出席停止になるため学校までご連絡ください

参照：石川県の感染症発生動向調査(石川県 HP)

～保護者の皆様へ～

生活ふり返り週間について

6月23日(月)から5日間、「生活ふり返りカード」へのご協力ありがとうございました。結果は夏休み前の保健だよりでお知らせ予定です。