



札幌市立太平小学校
令和6（2024）年
5月31日号
養護教諭 深田 瑠美

5月保健室の
利用者数
323人
でした

ケガで来た人
185人
一番多かったケガ
だぼく
ぶつけた
けが

体調が悪くて来た人
123人
一番多かった症状
ずつつ
あたまが
いたい

6月は、すりきずに注意です！
休み時間にグラウンドへ行く
とき、もどるときのけがが多い！
落ちついて、移動するようにし
ましょう。

6月のけんこうしんだん

6がつ	けんこうしんだん	がくねん
10日-14日	色覚検査	2年生希望者
27日(木)	耳鼻科検診	1・4年生

- 今日2年生にプリントをくばりました。
- 2年生以外で色覚検査希望の人は、おうちの
人から学校に連絡してください。

耳鼻科検診（1年生・4年生）

- 耳、鼻、のどの病気がないか調べます。
- 耳そうじをしておきましょう。
- かみが耳にかからないようにしましょう。

右耳→左耳→鼻→のどのじゅんばんで 見ます。



歯のクイズ王決定戦

クイズで歯について知り、大切な歯を守ろう！

問題を読んで、正しいほうを○で囲みましょう。

問題

1 歯みがきをするのは
(食べる前・食べた後) がいい

2 (奥歯・前歯) は特に
みがき残しやすい場所である

3 歯ブラシは (弱い力で・強い力で) あてる

4 歯ブラシだけで汚れは
(全部・だいぶ) 落とせる

5 乳歯が抜けて歯並びがデコボコしているので、
(いつも通り・注意して) 歯みがきをする

6 歯みがきをしないと
歯に (細菌・虫) がくっつく

7 歯ぐきの腫れを放っておくと、
歯が (抜ける・生えてくる) ことがある

8 (よくかんで・飲むように) 食べよう

9 歯科検診結果の「GO」は
(このままGO!・病気のサイン) を表す

10 歯科医院には歯が
(痛くなってから・痛くなくても) 行く

こたえ ①食べた後 ②奥歯 ③弱い力で ④だいぶ ⑤注意して ⑥細菌 ⑦抜ける ⑧よくかんで ⑨病気のサイン ⑩痛くなくても

あつくなってきました！ねっちゃんしょうをよぼうしよう！

はやね・はやおき あさごはん



ねぶそく・くうぶく ねっちゃんしょう
寝不足・空腹は熱中症
になりやすいです。

こまめに^{みず}水のみ



のどがかわく^{まえ}前に、
3口^{くち}くらいずつ
こまめにのむと◎。

そと^{そと}外ではぼうし



がっこう^{がっこう}学校にいるときだけで
なく^{とうげこうちゅう}登下校中も！

くび^{くび}首をひやすグッズ



くび^{くび}首を冷やすと^{たいおん}体温が
さがりやすいです。

保護者の皆様へ

- ・夏季（6月～9月予定）の水筒の中身は、水、お茶、スポーツドリンクとなります。
※スポーツドリンクを持たせる際は、水筒がスポーツドリンク対応のものか御確認ください。
※スポーツドリンクは熱中症予防を目的としています。糖分が多く含まれ、むし歯や肥満等のリスクがあるため、気温や活動に合わせて持たせていただくことをお勧めします。
- ・マスクは熱中症リスクが高まります。着用する場合は、気温等を考慮するようお願いします。

保護者の皆様へ保健関係の御連絡

5月の学校感染症

水ぼうそう：7名

新型コロナウイルス感染症：1名

溶連菌感染症：7名

※札幌市で警報レベルの流行中！

水ぼうそうに御注意ください！

- ・虫さされの様な赤い発疹が増えてきたら要注意です。
 - ・発熱はある場合とない場合があります。
 - ・予防接種を受けていても感染することがあります。
- あやしい発疹がある場合は、受診をお願いします。



5月後半から胃腸炎症状の欠席が増えています。とても感染力が強い病気です。集団感染を防ぐため、前日や朝から下痢や嘔吐・吐き気がある場合は、御家庭で様子を見ていただくようお願いいたします。

水泳学習に関わる提出書類

- ・水泳学習健康調査票：本日配付しています。6月5日（水）までに担任へ提出をお願いします。
- ・水泳学習健康カード：水泳学習が近くなったら配付します。当日の朝お子さんの健康観察を行い、参加の可否を記入し、捺印の上、提出していただきます。

水泳学習に関連する疾病とプールの可否

症状	プール	判断・理由
学校感染症復帰後	△	水泳学習開始時期を医師に確認してから参加する。
胃腸炎症状	×	下痢や嘔吐、強い腹痛の症状があるときは控える。
気管支喘息	○	水泳では発作が誘発されにくい。呼吸状態が悪い時は主治医と相談。
とびひ	×	水に触れることで悪化、接触により他の人にうつす恐れがある。
水いぼ	○	プールの水ではうつらないので入ってよい。ただし、タオル・ビート板の共用でうつることがあるので、共用は避ける。
アタマジラミ	○	治療開始後はプールに入ってもよい。タオル・水泳帽の共用は避ける。
鼻炎・副鼻腔炎	△	症状が強いときは×、症状が安定しているときは主治医と相談。
結膜炎	△	急性結膜炎は×、アレルギー性結膜炎はゴーグル着用等で入水可能な場合もあるので主治医と相談。
中耳炎	△	痛みや耳垂れがあるときは×、その他の場合は主治医と相談。