



八軒小学校
保健室
家庭数配付
2025年5月30日



手洗い・咳エチケットへ ご協力をおねがいします



5月ほけんだよりでお知らせした以降、校内でも胃腸炎・伝染性紅斑（リンゴ病）が流行しております。

胃腸炎は、吐物や便に含まれるウイルスが手に付着し直接または物を介して体内に入ること（接触感染）や、吐いた際の飛沫が体内に入ることによって感染（飛沫感染）が起きます。潜伏期間は1日～3日程度で、2日前後吐き気・嘔吐・腹痛・発熱などの不調が続きます。（感染性胃腸炎では症状が長く出ることもあります。）

また、**リンゴ病**は咳やくしゃみなどの飛沫、ウイルスが手や物を介して直接口などから体内に入ることによって感染が広がります。感染した場合は4～20日程度の潜伏期間を経てかぜ症状（鼻水・咳・頭痛・倦怠感・筋肉痛・発熱等）から始まり、1週間～10日前後に、顔や手足に紅斑が出現します。（皮膚が熱を持ってかゆみを感じるケースもあるようです。）



いずれも、日常の手洗いや咳エチケットがとても大切です。
特にトイレの後や、食事の前には、しっかり手を洗いましょう。

《その他 報告のあった感染症》 溶連菌感染症



6月の予定 健康診断について

日程	学年	おねがい
3日(火)	3・4・6年生、 虹色学級	ないか うんどうき けんしん 内科・運動器 検診 じょうはんしん ティー …上半身はTシャツ（肌着・下着はそのまま）で受診します。 （登校時は、必要に応じて羽織もの等でご調整ください。） ○胸元にラメやビーズ・ビニール等の飾りがついていない無地のものがお勧めです。飾りがついたものや、厚手の衣類は、聴診器の音や、前屈時の肩甲骨の高さが分かりづらくなるため避けてください。 ○髪が長い方は束ねてきていただくと、運動器検診の際、前屈姿勢の検診が行いやすいです。ご協力をお願いします。 ※ 当日の朝、お着替え・ご準備の際にお子さんへお声掛けをお願いします。 じゅしん
4日(水)	1・2・5年生	
9日(月)	全学年	し か けんしん 歯科検診 ちやうしょくご は みが どうこう …朝食後、歯を磨いて登校してください。

■5月実施－耳鼻科検診（1・4年生）・聴力検査（1～5年生）について

★お伝え事項のあるお子さんへのみ、5月12日（月）に黄色いお知らせ用紙をお渡しいたしました。

（お伝え事項の無い場合には、お知らせを配付しておりません。）

◎裏面は6月保健指導についてです。

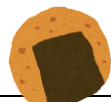
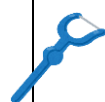


～歯を大切にしよう～

6月4日～10日は
歯と口の健康週間



6月5～13日の期間に、各学級で歯の保健指導を実施予定です。
内容に応じて、歯ブラシやコップ等の持参が必要な場合があります。
確定日時・持ち物は、時期が近くなりましたら各学年の学級だよりでも
お知らせいたします。お手数をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

学年	内容・おねがい	予定日時
1年生	●「歯の王様！第一大臼歯の謎をさぐろう」 …第一大臼歯や生え変わる歯、磨き方のポイント等 	6/13(金)
2年生	●「磨き残しチェック！染め出しをしてみよう」 …歯の染め出しの実施、磨き方のポイント等 ※ 歯ブラシ・コップのご持参、汚れづらいお洋服へのご協力をお願いします。 ※ 染め出しに使用する染色液の成分は、下記の通りです。 『CLOVER 歯垢染め出し液(氷いちご風味)』 (主成分)：水、キシリトール、食用赤色104号、香料  	6/12(木)
3年生	●「おやつの摂り方の工夫・ポイント」 …むし歯の成り立ち、おやつの摂り方の時間・量・内容等 	6/11(水)
4年生	●「“噛む”ってすごい！噛む力チェックに挑戦」 …噛むことで得られる効果、60秒噛む力チェックガムの使用等 ※ 使用・持ち帰りのガムの成分は、下記の通りです。 『噛む力チェックガム』…指導の際使用 マルチトール/甘味料(キシリトール)、ガムベース、香料、軟化剤、酸味料、着色料(赤3、黄4、青1) ◎アレルギー物質(28品目)を使用していません。 『キシリトール配合ガム』…持ち帰り マルチトール/甘味料(キシリトール、アスパルテーム-L、フェニルアラニン化合物)、ガムベース、香料、増粘剤(アラビアガム)、光沢材、リン酸一水素カルシウム、フクロノリ抽出物、着色料(紅花黄、クチナシ)、ヘスペリジン(一部にゼラチンを含む) ◎アレルギー物質(28品目)ゼラチン使用  	6/6(金)
5年生	●全国小学生はみがき大会～「歯と自分をみがこう」～ …歯肉炎、歯垢、はみがきの実践 + αフロスについて ※ 全国小学生はみがき大会提供の、歯ブラシ、フロスを使用・持ち帰り予定です。	6/5(木)
6年生	●「歯肉炎について～ + αフロスで磨き度 UP!～」 …歯ぐきの様子を観察、歯ブラシのポイントやフロスの効果等 ※ 保健学習「病気の予防①」と合わせて8月実施予定です。 	8月実施
虹色	●各学年に合わせて実施予定 ※ 2年生は、染め出しを実施するため歯ブラシ・コップのご持参、汚れづらいお洋服へのご協力をお願いします。	6/10(火)

