

ほけんだより

札幌市立清田小学校

令和7年(2025年)7月18日

No.4

まもなく1学期が終了します。運動会や修学旅行などの大きな行事を通し、学習面・生活面だけでなく体や心も大きく成長が見られたのではないのでしょうか？

いよいよ子どもたちが楽しみにしている夏休みが始まります。夏休み中でもできるだけ早寝・早起き・朝ごはんを心がけましょう。涼しい午前中の時間帯の過ごし方を計画し工夫することで、充実した夏休みを過ごすことができます。お子さんと夏休み期間中の生活について話し合ってみてください。

夏休み明けも元気いっぱいな子どもたちに会えることを楽しみにしています。



健康診断に御協力いただき、ありがとうございました

4月～6月にかけて実施していた健康診断が全て終わりました。書類の御提出や服装・髪型への御配慮など、御協力いただきましてありがとうございます。

健康診断の結果は、治療や精密検査が必要な場合にのみ、お知らせ用紙(黄色の紙)をお渡ししています。すでに治療を受けた方、定期的に通院されている方ににつきましては、治療の様子を保護者が記入し学校まで御提出ください。不明な点などがございましたら、養護教諭の佐藤までお知らせください。

学校での健康診断は、スクリーニング検査(疑わしいものを選び出す)となります。“お知らせ用紙を持ち帰り、病院を受診したが「異常なし」であった”というケースも見受けられますが、早期発見・早期治療のため、御理解と御協力をよろしくお願いいたします。

夏休みは受診、治療のチャンスです。時間のある時に治療を済ませることをお勧めいたします。



6年生の保護者の皆様へ

札幌市では、予防接種法に基づく定期の予防接種として、「二種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種」を実施しています。対象年齢は、11歳及び12歳の児童です。詳細につきましては、先日配付いたしました冊子「**二種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種のお知らせ**」をよくお読みください。

医療券の発行について

就学援助を受けている方で、夏休み中に病院を受診する予定のある場合には、**7月24日(木)まで**に担任または養護教諭にお申し出ください。

※夏季休業中はすぐに発券できない場合があります。御了承ください。



1学期の保健室来室から



ほけんしつ りょう ひと
保健室を利用した人

857人



<内科>

頭痛を訴えての来室が多く198件ありました。詳しく話を聞くと、就寝時刻が遅くなり睡眠不足の場合や、朝時間がなく朝食をしっかりと食べて来られなかった場合もあるようです。また慢性的に頭痛を訴えるお子さんも増えているように感じます。1度受診をし、自分に合った方法を見付けるのも1つの手です。

次に多かったのが腹痛160件です。湯たんぽで温める、ゆっくりとトイレへ行くなどでスッキリする場合も多くありました。

<外科>

どこかにぶつけた、友達とぶつかったなどの「打撲」でのけがが多いです。保健室では保冷剤で冷却をする手当を行っています。また、グラウンドで転倒し擦り傷ができた際には水道で洗ってから来室する児童もあり、健康・安全に対する意識の高さを感じます。擦り傷はよく洗って砂や小石を取り除くことが大切です。

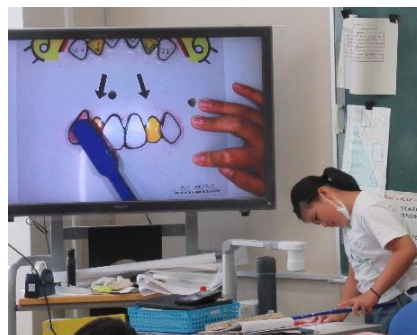


～歯の健康指導を行っています～

6月後半から夏休み前にかけて歯の健康指導を行っています。現在1～4年生・ひまわり学級までが終了しました。ある学級で「清田小学校全体で131人の児童に虫歯があるよ」と話したところ「え～!多いね!僕はないよ!」「僕は虫歯があったけどもう治療してきたよ!」など様々な反応が返ってきました。歯は一生涯付き合っていく大切なものです。この機会に御家庭でも歯みがきの仕方や、おやつを食べ方など歯の健康について話題にさせていただけたらと思います。



歯科衛生士さん
による授業の
1コマです



～仕上げ磨きは6年生まで?!～

学校歯科医の葭内先生より「大変ではありますが、仕上げ磨きは6年生までしていただくことをお勧めしています。」とのことでした。ちょうど7番目の永久歯が生えてくる頃で、6歳臼歯とともに磨きづらく虫歯になりやすいそうです。我が家にも小1の娘がおり、仕上げ磨きをあと5年間(2歳の次女も含めると10年...)は頑張らなくては...と思うと気が遠くなりますが、甘いものが大好きで虫歯リスクも高そうなので、歯の健康のために頑張ろうと思います!!