

# 6月のほげんだより

令和6年6月3日

足立区立東加平小学校

運動会が終わった次の週から体調を崩す人がとても増えました。  
体が疲れているということもありますが、6月は湿度が高く、ジメジメしているため、「だるい」「やる気が出ない」と体も心も調子が悪くなりがちです。これからどんどん暑くなりますが、規則正しい生活を意識し、少しでも明るく元気に過ごせるよう、工夫していきましょう！



## 歯みがきしましょう！



4月からお伝えしていましたが、6月からいよいよ全校生での給食後の歯みがきが始まります。歯ブラシとうがい用のコップを忘れず、毎日持ってくるようにしましょう！（※衛生上、毎日持ち帰って洗ってください。歯みがき粉は使いません。）



6月は自分の歯と口の状態を見直す期間です



その理由は・・・6月4～10日は『歯と口の健康週間』

6月は歯科検診があります

歯科検診の結果は全員に配布します。むし歯などが見つかった場合は早めの受診をお願いします。特に異常がなかった人も、定期的に歯医者さんで口の中の状態を診てもらいましょう。（歯科検診の日程につきましては5月のほげんだよりをご覧ください。）

## 色覚検査について

4年生の希望者には色覚検査を行います。  
日にち・・・6月18日(火)  
「色覚検査希望調査票」の提出をお願いします。（6月7日(金)×切）



# 健康診断結果のお知らせについて

内科検診、耳鼻科検診、眼科検診、尿検査、視力・聴力検査の結果は配布しました。  
5月のほけんだよりにも記載のとおり、異常のなかった人にはお知らせを出していません。

●内科検診、耳鼻科検診、眼科検診を欠席し受診が済んでいない人

・・・プールに入れません。

水泳指導開始までに受診を済ませてください。

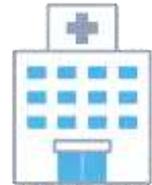
(受診できていない人には「未検診者へのお知らせ」を配布しています。)



●内科検診、耳鼻科検診、眼科検診で「結果のお知らせ」をもらった人

・・・できるだけ早く医療機関を受診してください。

以下の所見があった人は特に注意してください。



## 耳垢栓塞

耳垢がたまったまま、プールに入ると、耳垢で耳がふさがったり、外耳炎になったりすることがあります。また、耳垢のため、鼓膜の状態を診ることができないので、耳鼻科を受診し、耳垢をとって、「中耳炎」などの病気がないか診察する必要があります。

※家庭で耳そうじをしても、耳鼻科で鼓膜の状態を診ていただく必要があります。

## 鼻炎

副鼻腔炎に移行することがあります。

## 眼瞼炎

プールの塩素でひどくなることがあります。

## 心雑音

心臓にもしも異常があった場合に深刻な事態になる可能性がありますので、できるだけ水泳までに受診されますようお願いいたします。



## 夏に多い“うつる病気”

**手足口病**  
(病原体：エンテロウイルスなど)

熱が出て、手や足の裏、口の中などに小さなポツポツができます。

**咽頭結膜熱(プール熱)**  
(病原体：アデノウイルス)

目のじゅう血、発熱、鼻水、のどの痛みなどがあります。

**流行性角結膜炎**  
(病原体：アデノウイルス)

目やにが出て、目がじゅう血し、なみだが出てきます。

**伝染性膿痂疹(とびひ)**  
(病原体：ブドウ球菌や溶血性連鎖球菌など)

虫にさされたときなどに、かいて傷になった皮ふから感染し、全身に水ぶくれやかさぶたができます。