

6月

保健だより

南中山小学校 保健室
 令和3年6月4日

あつ
暑い日が多く
なってきましたね

むし暑いなあと思っていたら、急に雨がふって寒くなることがあります。保健室でも冷えて体調が悪くなる人が増えます。気温に合わせて、ぬいだり着たりできるようにしましょう。

ただ
正しい歯みがきで、健康な歯に！

×ゴシゴシと強くみがく。

軽い力で、こきざみに歯ブラシを動かすことが基本です。

×毛先の開いた歯ブラシを使う。

歯に毛先がきちんと当たらず汚れが落とせません。開いてきたら交換を。

×歯ブラシだけでみがく。

歯ブラシが届かない歯と歯の間は、デンタルフロスを使うとよいです。

はみがき指導

6月4日から10日に体重測定と、はみがき指導を行います。1年生から6年生まで感染症予防をしながら、指導と染め出しを行います。

1・2年生

はの王さま「6さいきゅうしくん」のみがきかた

3年生

前歯をきれいにみがこう

4年生

みがきにくい歯のみがきかた

5・6年生

全国はみがき大会に参加

保護者の方へ

福井大学からの調査にご協力お願いします

6月3日に福井大学からのアンケート調査を配布しました。6月30日締め切りです。

近年、スギ花粉症は日本中で増加が続き、多くの方がくしゃみ・鼻水・鼻つまりのために、集中力を欠き、夜間睡眠できないなど社会問題になっています。特に、小学生に急増しており、およそ半数が発症していると分かりました。

大学の研究では、スギ花粉症は学童期に急増し、一度発症するとなかなか治らないものの、20才以降には新規発症する人は多くないことが分かりました。そのため、学童期の予防が最大の対策といえます。予防法確立のための調査にご協力をお願いします。

小学生のスギ花粉症の急増を予防するための実証調査

調査対象

全ての小学生の皆さん

調査内容

2020年の全国調査報告では、小学生になると急激にスギ花粉症が増加していました。20才以降では発症は少なくなります。今回、コロナ禍でのマスク習慣によってスギ花粉症を予防や緩和をできるか調査します。①花粉シーズン中のマスク習慣により20才まで予防できれば、その後の発症を少なくできると期待しています。②発症している人の症状緩和も期待しています。ぜひアンケート調査にご協力ください。

パソコン スマホで

5分程度で終了します

アンケートは本チラシのURLまたはQRコードからアンケート入力サイトに入ってお答えください。6月30日締め切り

アンケートURL

https://r.10.to/h6FFZZ

学童に急増するスギ花粉症、20才以降は緩やかに

スギ花粉飛散シーズン中の登下校時のマスクが大切

保健室からの
お知らせ

★体重測定後に健康の記録をお返します。4月からの健康診断の結果と、6月の体重測定の結果を確認していただき、押印またはサインをお願いします。