

えが お 4号

H29年7月



こんげつ ほけんもくひょう なつ げんき 今月の保健目標「夏を元気にすごそう」



さいきん あさ きち わる らいしつ ひと おお ちょうしよく た すこ
最近、朝のうちに気持ちが悪いと来室する人の多くが朝食 を食べてこない、また、少し
しか食べてこなかったといひます。今年(ことし)はさいたま市薬剤師会より経口補水液(けいこうほすいえき)をご提供
いただいたので、これを飲んで、給食(きゅうしょく)までなんとかつないでいる子もいます。食べる時間
がなかったという理由(りゆう)をよくききます。夜(よる)あつくて、寝苦(ねくる)しく、睡眠不足(すいみんぷそく)などもあるので
しょうか。熱中症(ねっちゅうしょう)の心配(しんぱい)もあります。どうぞよろしくお願(ねが)いいたします。睡眠(すいみん)と食事を
しっかりとって、がんばりましょう。



しんこう かけきん しゅうきん ねが ～スポーツ振興センター掛金の集金のお願い～

にゅうがくじ どういしょ どりつぎょうせいほうじんにほん しんこう かけきん えん
入学(にゅうがくじ)時に同意書(どういしょ)をいただいております独立行政(どりつぎょうせいほうじんにほん)法人(しんこう)日本スポーツ振興センター掛金(かけきん)460円(えん)を
7月12日(しゅうきん)に集金(しゅうきん)いたします。年間(しゅうきんぶくろ)460円(はいふ)です。集金袋(しゅうきんぶくろ)を配付(はいふ)いたしますのでおつりのないよ
うに準備(じゅんび)・提出(ていしゅつ)を御協力(ごきょうりょく)ください。

しきかくけんさ ～色覚検査について～



ぜんかい ほけん しきかくけんさ しら ないよう あやま つぎ ていせい
前回の保健だよりで色覚検査(しきかくけんさ)についてお知らせした内容(しら)に誤り(ないよう)がありました。次(あやま)のとおり訂正(つぎ)します。
しきかくけんさ まい けんさ いじょう ごどく ばあい がんか じゅしん し
色覚検査(しきかくけんさ)は12枚(まい)の検査カードのうち2つ以上(いじょう)の誤読(ごどく)があった場合(ばあい)「眼科を受診(がんか)するようお知らせ(じゅしん)」します。
ごどく こ いじょう こんねんどう ちゅうしんせいのせい ひとり けっか わた
誤読(ごどく)が0～1個(こ)は「異常なし(いじょうなし)」です。今年度(こんねんどう)は申込者全員(ちゅうしんせいのせい)に一人ひとり結果(ひとり)をお渡し(けっか)します。一般的(わた)には次の
ような対応(ごんねんどう)をお願いします。

いじょう こんご けんさ ひつよう
「異常なし(いじょうなし)」・・・今後の検査(こんご)は必要(けんさ)ありません。
がんか じゅしん し にちじょう いろ かん こ ようす かんさつ
「眼科受診(がんか)のお知らせ(じゅしん)」・・・日常(にちじょう)の色(いろ)に関する(かん)お子さん(こ)の様子(ようす)を観察(かんさつ)してください。
いろ はんべつ しかた けんみつ ひとり ちが こせい とら よ ちしじょうせいかつ
色の判別(いろ)の仕方(はんべつ)は、厳密(けんみつ)には一人ひとり違(ひとり)います。個性(ちが)と捉(こせい)えても良(とら)いものです。しかし、日常(ちしじょう)生活(せいかつ)で
こま ばあい がんかい そうだん けっか たんにん し
困(こま)る場合(ばあい)には眼科医(がんかい)にご相談(そうだん)ください。また、その結果(けっか)を担任(たんにん)までお知らせ(し)ください。心配(しんぱい)な場合(ばあい)は来年度(らいねんどう)も
しきかくけんさ もう こ がっこうせいかつじょうひつよう はいりよ ひとり ちが ひつよう おう けんこうそうだん おこない
色覚検査(しきかくけんさ)お申し込(もう)みください。学校生活(がっこう)上(せい)に必要な(かつ)配慮(はいりよ)は一人ひとり違(ひとり)うので、必要(ちが)に応じて(ひつよう)健康相談(おう)を行います(けんこうそうだん)。
また、今回(こんかい)受診(じゅしん)を希望(きぼう)されなかった方(かた)で今後(こんご)受診(じゅしん)を希望(きぼう)される方(かた)は、教育(きょういく)相談(そうだん)日(び)などにお申(もうし)込み(み)いた
ければいつでも検査(けんさ)をお受(う)けしますので、お知(し)らせください。

裏面あり



夏休み歯みがきトライ!



今年も歯みがきカレンダーは、一人ひとりが自分にあった目標を選んで、取り組めるカレンダーにしました。今の歯みがき習慣を振り返り、もう少し頑張ればできそうなレベルの目標を選んで、秋の歯科健診で、むし歯0（ゼロ）を目指して取り組んでください。保護者の方はサポーターとして声かけや見守りなど、目標が達成できるようサポートをお願い致します。※むし歯のある人は、歯医者さんにいきましょう。



2学期から、フッ素によるぶくぶくうがいを始めます。

参加同意書を1学期中に配付します。週1回、給食後の歯みがきの後に1分間ぶくぶくうがいをします。

多くの徳力っ子は、学校での歯みがきをしていますが、どうしてもみがき残してしまう部分もあります。また、しっかり磨いていても歯の生え替わる時期はまだ歯の質が弱く、むし歯になってしまう場合もあります。はみがきプラス、フッ素によるぶくぶくうがいを続けることで歯の質を強くすることができます。全員参加で、今ある歯やこれから生えてくる歯をむし歯から守りましょう!

【よくある質問】



Q1 学校で、なぜ集団で予防を行うの?

A1 児童の病気の中で一番よくかかってしまうのがむし歯です。また永久歯のむし歯は4～14歳の時期に多発します。経済面でも効果的で、医学的に安全で簡単な方法で集団的に実施できます。家庭で個人的にフッ化物洗口を行う方法もありますが、残念ながら長続きしない現状があります。

Q2 フッ化物利用をいくつか併用してもかまいませんか?

A2 併用することでさらに効果を増大させる可能性があります。併用しても全身応用法が行われていない日本では安全性に問題はありません。

Q3 歯みがきや甘味制限などの努力をしないでフッ化物に頼るのは、正しいむし歯予防と言えますか?

A3 現在の日本は、歯みがきの回数が増えている一方で、なかなか予防効果が上がらず、歯みがきだけで、むし歯を予防するには限界があります。また物が豊かな今は砂糖の多く入った飲食物を子どもたちから取り上げることは大変難しいです。フッ化物応用を含めた総合的なむし歯予防が大切です。