



ほけんだより

第1子配布

令和2年7月15日(水)
高岡市立福岡小学校 保健室
NO. 5

学校が再開して1か月がたちました。給食や歯みがきが始まったり、委員会活動を行ったりするなど、新しい生活様式を取り入れながらも、少しずついつも通りの生活に戻ってきています。子供たちの生き生きした姿に、教職員も勇気づけられる日々です。しかし、東京都を中心に、新型コロナウイルス感染症の勢いはまだおさまっておらず、油断は禁物です。ご家庭でも、引き続き、手洗い・うがい・マスクの着用・人混みに行かないなどの感染症予防対策に、ご協力よろしくお願いいたします。



○学校医検診が始まります！○

しばらく延期していた学校医による検診が始まります。距離をとって並ぶ、マスクをつけたまま受ける、器具を消毒する、換気をするなどの感染症予防対策をとりながら、行っていききたいと思います。

期 日	検診項目	学 年	期 日	検診項目	学 年
7月17日(金)	内科検診 (運動器検診)	1年生 特別支援学級	8月26日(水)	眼科検診	1・5・6年生
7月21日(火)	※背骨の様子を検査するために、上半身裸で行います。(女子はハーフトップやブラジャーは着用可。)	2年生	9月10日(木)	耳鼻科検診	1・6年生 特別支援学級
7月30日(木)		3年生	9月16日(水)	眼科検診	2・3・4年生 特別支援学級
7月31日(金)		4年生	9月17日(木)	耳鼻科検診	3・4年生
8月25日(火)		5年生	9月24日(木)	耳鼻科検診	2・5年生
8月27日(木)		6年生	9月30日(水)	歯科検診	1・5・6年生 特別支援学級
			10月1日(木)	歯科検診	2・3・4年生

* 心臓検診(1年生と4年生の一部)・たかおかキッズ健診(4年生希望者)は、日程が決まり次第お知らせします。

○歯みがき・フッ化物洗口が始まりました○

7月より、感染症予防のため中止していた、給食後の歯みがきとフッ化物洗口(希望者のみ)を再開しました。感染症予防のため、歯みがきをする際には、「距離を保って並ぶ」「歯みがき粉を使わない」「なるべく口をむすんでみがく」「水を吐き出す際は、とびちらないように静かに吐き出す」など、いくつかのルールを決め、取り組んでいます。子供たちは「口の中がすっきりする」「水をそっと吐き出すことが難しい…」など、慣れないやり方に戸惑いながらも歯みがきをしっかりと行っています。



歯ブラシ、コップの衛生管理・点検や、夜の仕上げみがき等、ご家庭でもご協力よろしくお願いいたします。





なつ りゅうこう かんせんしょう 夏に流行しやすい感染症

ヘルパンギーナの症状は？

ヘルパンギーナは、発熱と喉の痛みが症状の特徴です。急に38～40℃の熱が出て、それが2～3日続きます。口の中の天井の奥（軟口蓋）を中心に小さな水疱ができ、それが潰れて潰瘍になります。これらの水疱や潰瘍は、1週間程度で自然に治癒し、通常は合併症もなく回復します。



ヘルパンギーナは、一度かかっても再度なることがあります。



この他、梅雨から夏にかけては、食中毒が起きやすい時期となります。食品は十分に加熱する、トイレの後は丁寧に手洗いをするなど、気を付けて生活してください。

咽頭結膜熱の症状



喉の痛みとだるさを訴え、急に39～40℃の高熱が出ます。目は赤く充血し、首のリンパ節が腫れます。子どもによっては関節痛や頭痛、腹痛や下痢を訴え、熱は4～5日続きます。治癒までには、約1週間かかります。毎年、

6月頃から夏をピークに流行します。塩素できちんと消毒されたプールではうつりません。



舌や喉のまわりに水疱ができ、痛くて食べられなかったり、水が飲みにくくなったりすることもあります。

手足口病の症状

3～6日の潜伏期の後、手のひら、足のうら、手足の甲、ひじやひざのまわり、おしりなどに淡紅色の細かい発疹や直径2～3mmの水疱ができます。口の中（上あご、歯肉など）にも粘膜疹ができます。37～38℃程度の熱が出ることもありますが、まったく平熱のまま経過することもあります。なお、ウイルスの種類によっては、無菌性髄膜炎や心筋炎や脳炎を合併することがあるため注意が必要です。

「受診カード」について

歯科検診と運動器検診（内科検診の際に行います）の結果は全員に、それ以外の検診は異常の疑いがある場合のみ「受診カード」を通して、結果をお知らせします。

特に、視力低下やむし歯は、早期治療が効果的です。「受診カード」をもらわれたら、早目に医師の診察を受けていただきますようお願いいたします。

また、「受診カード」は、病院を受診・治療後、担任に提出してください。

「身体・視力測定の結果」について

全員に「身体・視力測定の結果」を配付します。身長や体重の推移、肥満度、標準体重等もお知らせしましたので、お子さんがバランスよく成長しているかどうかの目安にしてください。気になることがありましたら、保健室へご連絡ください。

