

# ほけだごもり7月

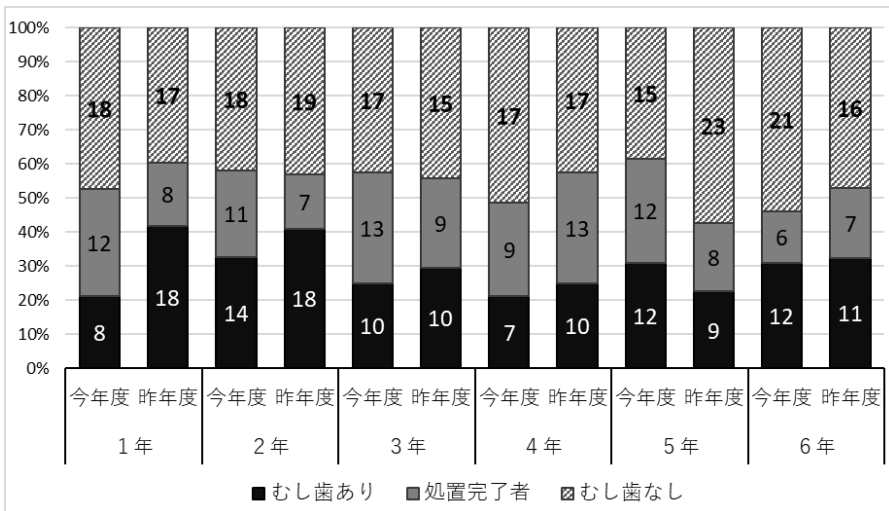
大分市立舞鶴小学校  
保健室  
令和3年7月20日

明日からは、待ちに待った夏休みです。夏休みの予定はたてましたか。内田の目標は本を5冊読むことです。ふだんはできないこと、新しいことに挑戦してみるのもいいですね。長いようであつという間の夏休み。2学期からの学校生活のためにしっかり充電もして、25日に元気な笑顔で会えることを願っています。



## 一生をともに歩む じぶんの歯

### 今年度の歯科検診の結果をお知らせします！



昨年度と比べると、低学年はむし歯がある人数が減りましたが、高学年は増えています。歯や口は、生きていくためにとても大切なものです。むし歯があった人や病院に行くことをすすめられた人は、夏休みの間に治療に行きましょう！

### 乳歯はどうせ抜けるから、むし歯になっても治療しなくてよい？

⚠️ むし歯を放置しておくのは危険です！ ⚠️

- 理由①** むし歯菌が口の中で繁殖してしまい、やがて生えてくる永久歯がむし歯になりやすくなってしまいます。
- 理由②** 乳歯のむし歯が悪化してしまうと、乳歯の根の奥の永久歯のエナメル質ができにくいなどの悪影響が出る。
- 理由③** むし歯が悪化して、抜歯しなければならなかったり、普通よりも早く抜けおちてしまったりすると、永久歯が生えてくるスペースがなくなり、歯並びが乱れてしまう。
- 理由④** むし歯の痛みをさけるため、よく噛まずに飲み込んだり、むし歯がない方の歯で噛んだりする癖がついてしまう。それにより、あごが順調に成長せず、歯並びやかみ合わせなどに影響を及ぼすことがある。

### まいづる小 むし歯ゼロ作戦！

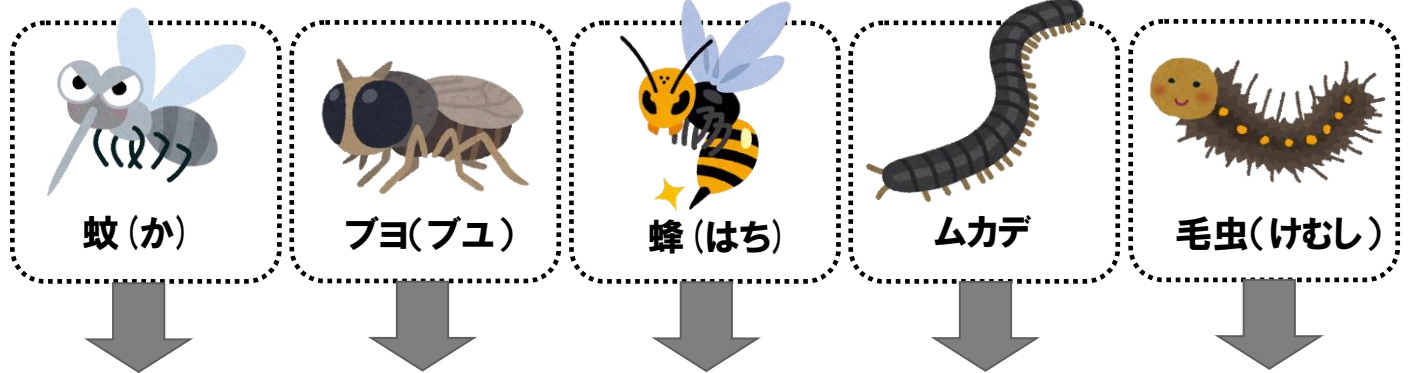
むし歯は、日ごろの生活習慣から引き起こる病気です。むし歯にならない生活を送ることが大切ですが、まずは今あるむし歯をなくしましょう！



むし歯の治療が終わったら、治療報告書を提出してお知らせしてください。むし歯がなくなると、保健室前に飾っているむし歯も、健康な歯に変わります。2学期にたくさんのお知らせがあることを期待しています！

# ねらわれているかも！？気をつけて…！

この夏、みなさんに注意してほしい虫と、その虫に刺された時の対処法を紹介します。



①刺された場所を石けんで洗う。  
②刺された場所を冷やす。  
③かゆみ止め(抗ヒスタミン薬)をぬる。  
**※かきむしらない！**

①傷口を水道の流水でよく洗い流す。  
②抗ヒスタミン薬とステロイド成分配合の外用薬をぬる。  
③保冷剤などで冷やす。  
※ムカデやハチに刺された場合は、すぐに病院へ行く。  
※アナフィラキシーショックの症状はないか注意する。  
【アナフィラキシーショックの症状】  
じんましん、腹痛、嘔吐、呼吸困難、意識消失、など

①粘着テープなどで、毛をとりのぞく。  
②刺された場所を水道の流水であらう。  
③抗ヒスタミン薬とステロイド成分配合の外用薬をぬる。



## ～ 夏休みも舞鶴っ子カードで健康観察を ～

マスク生活も1年半以上になりました。大分県の感染状況がやっとステージ1になり喜びもつかの間、全国的にも少しずつ感染者が増えてきているようです。いつ、どこで、だれが感染してもおかしくない状況に変わりはありません。一人ひとりができる対策をして、2学期に元気に会いましょう！

また、病気を予防するためには、健康的な生活を送ることが必要です。引き続き、舞鶴っ子カードの右側にたくさんのおがつくよう、生活リズムも意識して過ごせるといいですね。

### ＼＼こんなときは、すぐにお知らせください／／

- ①児童がPCR検査等を実施することになったとき
- ②児童や同居家族に感染が判明した時
- ③児童や同居家族が濃厚接触者と特定されたとき

感染判明時点で、休業日や時間外でもお知らせください。

※夏休み中でも学校にご連絡ください。

※舞鶴っ子カードは毎日記入し、**登校日(8月6日、8月25日)に提出**してください。

発症日の確認等の重要な資料になりますので、医療機関を受診する際には持参してください。