

ほけんだより 3月

令和5年3月13日
玉島小学校 保健室

寒さが少しずつやわらぎ、日中は過ごしやすい日が増えてきました。春の温かさを感じるこの季節は、別れの季節でもありますね。もうすぐ6年生が玉島小学校を卒業していきます。さみしさもありますが、6年間の成長を感じながら、巣立って行ってほしいなあと思います。他の学年も、あと少しで、今のクラスとお別れですね。どんな1年間だったのか、元気に楽しく過ごせたのか、ふりかえてみてほしいなあと思います。来年度もコロナウイルスとの戦いは続きそうですが、新しい学年が充実した1年になりますように。

1年間の生活をふり返ろう

この1年間の生活をふり返って、きちんとできた行動は□の中にチェックを入れましょう。できなかった行動は、新学期からできるようにがんばりましょう。

<input type="checkbox"/> 早起き・早ねができた 	<input type="checkbox"/> 毎日朝ごはんを食べた 	<input type="checkbox"/> 外遊びができた
<input type="checkbox"/> 手洗い・うがいができた 	<input type="checkbox"/> 毎日ハンカチを持ってきた 	<input type="checkbox"/> 食後の歯みがきができた
<input type="checkbox"/> あいさつがきちんとできた 	<input type="checkbox"/> 家の手伝いができた 	<input type="checkbox"/> 友達と仲良くできた

ほけんしつ ねんかん
保健室の1年間

ことしいちねんかん ほけんしつ らいしつ じんすう
今年一年間で保健室に来室した人数です。
※数字は2月28日までの人数です。



けがをした

844人

たいじょう わる
体調が悪い

532人

らいしつ のあひ がつ
来室の多かった月

5月

保護者の方へ

玉島小学校では、例年、学校三師（学校医・学校歯科医・学校薬剤師）をお招きし、学校保健委員会を開催しておりましたが、今年度もコロナの影響で書面開催という形式で行うこととなりました。書面開催の方法としましては昨年度と同様、日ごろ、児童や保護者の皆様が疑問に思っていることを意見（質問）として募り、学校三師に回答していただき、その回答を書面にて皆様にお返しするという内容です。下記にその返信を載せていますので一読いただけたらと思います。

③ コロナに感染してしまった後、予防接種(インフルエンザ・コロナ・日本脳炎)はどのくらいの期間を空ければ摂取しても良いのでしょうか？

→感染後、体力が回復すればすぐ受けて宜しいです。

② 日ごろから口がぽかんと空いているのが気になります。歯並びも悪く、何件か歯医者にも行きましたが、歯の矯正を勧める所と顎の拡張矯正を勧める所がありました。どちらが一般的に良いのでしょうか？(1年生保護者)

→まだ1年生なので、顎の成長を期待して、3年生ごろから矯正を始めると良いです。

① 小1の娘が小学校に入学したくらいから頭痛が多くなりました。子供にも頭痛はよくあるものなのでしょうか？薬を飲ませるのもあまり良くないのかな？とも思いますし、何かの病気の可能性もあるのでしょうか？

→病気を考えるときに、まず一般的に可能性の高い病気から考えましょう。風邪、インフルエンザなどの感染症(中耳炎や副鼻腔炎を含みます)、この場合だと解熱鎮痛剤の使用は可能です。

まれに脳疾患や代謝異常(自家中毒症、脱水症)も考えられます。特に高熱や嘔吐などの症状を伴う場合、頭部外傷後に強い頭痛を訴える場合、頭痛を訴えてぐったりしている場合などは、鎮痛剤などは使用せず、早急に病院を受診してください。この場合、もし鎮痛剤を使用すれば、症状を隠してしまい病気発見が遅れて重症化する場合があるからです。

児童から出た質問内容については、保健委員会にてパワーポイントを作成し、児童朝会で全校児童に見てもらいました。「歯のクイズ」「歯みがき」「からだのふしぎ」「たばこ」「熱のこと」の5つのテーマで作成してくれましたが、どの作品も分かりやすく、好評でした。