

げんき

2022. 6. 6

ほけんだより 古枝小学校保健室

前回の保健だよりで5年生の性教育の授業について紹介をしました。今回は男女の体の成長で気をつけておいたほうが良いこと、女子の産婦人科への相談基準についてお知らせしたいと思います。体の成長で気になることがありましたら医療機関等にご相談ください。まずは保健室でもいいです。

【産婦人科への相談基準】

- ・月経が15歳になっても一度もない場合。
- ・3カ月以上月経が来ない場合⇒ダイエットやストレス、クラブ活動等による過激な運動等が原因と考えられている。放置すると骨量減少による疲労骨折のリスクが高まる。また、1週間以上続いたり月経量が多いと出血多量によって貧血なりやすい。
- ・腹痛、頭痛、吐き気等の症状が強く授業を受けることが困難な場合。⇒月経困難症

*女の子の月経に関して不安なことを相談できない子どももいると思います。授業を通して正しい知識を勉強し、「不安なことや分からないことがあったらいつでも相談に来ていいよ。」と子どもたちに話をしています。

【思春期早発症】⇒早い年齢で起こる思春期のことをいいます。

男児	・9歳までに精巣が大きくなる。 ・10歳までにわき毛がはえる。 ・11歳までにわき毛やひげがはえる。あるいは声変わりする。
女児	・7歳6か月までに乳房が大きくなり始める。 ・8歳までに陰毛やわき毛がはえる。 ・10歳6か月までに初経がおこる。

いただきます 人生100年歯と共に

歯と口の健康週間6月4日から6月10日

～ブラッシング指導についてのお知らせ～

毎年1年、2年、4年、6年生に歯科衛生士の門田さんをお呼びしてブラッシング指導をお願いしています。1年生と2年生は6月30日に実施します。4年生と6年生は決まり次第お知らせします。

歯みがきパトロール隊

歯みがきタイムに保健委員会が歯みがきのチェックに行きました。今回は2年生です。

上手にみがけていた人

一瀬孔志さん 井上結葉さん
梶山花嘉さん 小池奏太さん
鶴みはねさん



食べたらみがく、1年に1回は歯医者さんに行きましょう。

お知らせ

6月7日の内科健診が終わったら今年度の健康診断は全て終了します。歯科検診結果と尿検査の結果は子どもさん全員に配布しておりますが、その他の検診の結果については治療や検査が必要な子どもさんに受診のお勧めを配布しています。治療や検査が必要な方は早めに受診をお願いします。