

定期健康診断、ほとんどの保健行事が終わりました。

6月18日（木）の耳鼻科検診を最後に、専門医の検診は終わりました。健康診断の結果は、視力検査、歯科検診、尿検査、心臓検診（1年生と対象者）は全員にお知らせをしました。校医検診、眼科検診、耳鼻科検診の結果については、病院受診が必要な児童だけに、お知らせをしました。

定期健康診断は、児童の健康状態を知り、健康の保持増進を目的としています。今回、健康上の問題があった子どもさんについては、早めに病院受診をお願いします。



歯に関する意識調査、まとめました。

歯科に関する意識調査へご協力ありがとうございました。児童全員の実態を知ることができ、今後の指導に生かすことができます。

赴任した当初、歯科受診率が市内でとても悪かったことを記憶しています。あれから3年目になりましたが、保護者の協力の結果、受診率は9割を超えるまでになりました。次へのステップとして、むし歯がなくても定期的に歯科受診をする児童が増えることを願っています。このことが、むし歯予防への第一歩となります。

2018年度から取り始めた意識調査の結果、定期的に受診する児童も増えてきたことがわかり、とても嬉しかったです。詳しい事は、次号でお知らせします。

新型コロナウイルス感染予防と熱中症予防について

熱中症が心配な季節になりました。しかし、マスクをつけたままで過ごさなければならぬ今年は、どのようにして熱中症の予防をすればいいのか、考えさせられます。

土曜日に心臓の二次検診がありました。そのとき、検診に引率して来られていた養護の先生たちも、熱中症を疑うような児童が増えてきたことを心配されていました。浜小でも、気になるような症状で静養した児童がいました。

裏面に環境省と厚労省が作成したリーフレットを載せています。参考にして下さい。



令和2年度の 熱中症予防行動

環境省
厚生労働省
令和2年5月

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

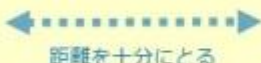
新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



2 適宜マスクをはずしましょう



距離を十分にとる



- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

4 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養

5 暑さに備えた体作りをしましょう



- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。



新型コロナウイルス感染症に関する情報:

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

熱中症に関する詳しい情報: <https://www.wbgt.env.go.jp/>



