



令和3年 5月31日
仁田佐古小 保健室
No.3

すっきりしない日が続いています。梅雨の晴れ間には、部屋の掃除や空気の入れ換えをして、清潔に気をつけて過ごしたいですね。また、雨が長くとも気持ちも沈みがちになります。晴れた日はもちろん、天気の良い日にも楽しいことを見つけ、心をリフレッシュさせましょう。

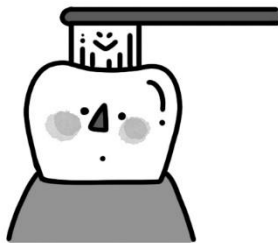


6月4日～6月10日は歯と口の健康習慣です！

今年も歯みがきカードを配布します。実施期間は、6月4日（金）～10日（木）です。学校への提出は、6月11日（金）です。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

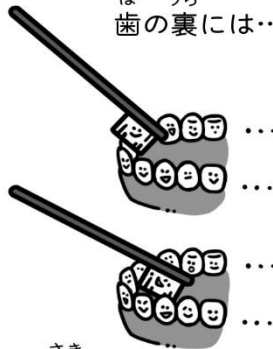
歯ブラシのさまざまな部分でみがこう

かみ合わせの部分には…



けさき ぜんたい
毛先の全体をあてる！

歯の裏には…



さき
「つま先」や「かかと」をあてる！

歯と歯肉のさかい目には…



けさき
毛先をななめにあてる！

6月の保健行事

日にち	検診名など	学年	用意するもの、準備など
6月1日	尿検査2回目	前回未提出者、2次検査対象者	検査キットなど
6月3日	歯科検診	3・4年	朝から歯磨きをしてくる
6月4日	尿検査3回目	前回未提出者、2次検査対象者	検査キットなど
6月9日	歯科検診	5・6年	朝から歯磨きをしてくる

すいえいしどう はじ ～水泳指導が始まります！～

① びょうき ちりょう
病気の治療



② みみそうじ
耳掃除



③ つめきり
爪切り



④ からだ せいけつ
体の清潔



プールで
感染しやすい
病気について

プール熱 (咽頭結膜熱)



【感染経路】 飛沫、接触感染
【潜伏期間】 5～7日

【症状と注意点】

アデノウイルスというウイルスによる感染で、夏に流行がみられます。39℃前後の発熱があるほか、のどの痛みや結膜炎をおこします。手洗い・うがいで予防し、タオルの共用は避けましょう。

水いぼ (伝染性軟属腫)



【感染経路】 接触感染
【潜伏期間】 2～7週間

【症状と注意点】

ウイルスによる感染で1～3mmの白いイボができます。かゆみを伴い、爪でひっかくとつぶれて周りに広がるので注意が必要です。ビート板や浮き輪、タオルの共用は避け、プールの後はシャワーで流しましょう。

はやり目 (流行性角結膜炎)



【感染経路】 接触感染
【潜伏期間】 5～12日

【症状と注意点】

アデノウイルスによっておきます。症状は目やにや目の充血のほか、耳前のリンパ節が腫れて押すと痛みを感じます。集団発生することがあるため、手洗いをしっかりと、タオルなどの共用は避けましょう。

ほかにも、とびひ(伝染性膿痂疹)など・・・感染のおそれがある病気については注意をお願いします。
※ 症状の程度によるものもあります。専門医を受診し、その指示に従うことをおすすめします。

★タオルの貸し借りをせず、自分のタオルで拭くことが大切です★



あめ ひ ある かた き っ 雨の日は歩き方にも気を付けよう！



よこ ひろ
横に広がって
ある
歩かない！



すべりやすいため
あしもと
足元に注意！