

てのひら



ほけんだより

令和6年6月3日

東京都立北特別支援学校長

小池 巳世

梅雨の季節になりました。雨が降ると登下校に車いす用の雨具を使わなければならない、ジメジメとして不快だと思う人も多いかもしれません。雨の日も、雨音が心地よいリズムに聞こえたり、紫陽花が雨に濡れて日々変化したりと、楽しみを作ると心晴れやかに過ごせるかもしれません。

6月の保健行事

月	火	水	木	金
3 尿検査 体重測定 (小)	今年度最後の回収日となります。未提出や2次検査対象の方は御提出をお願いします。			7 神経科相談 (対象者)
10	11 泊前診 (小6) 整形診 (小)	12 耳鼻科診	13	14
17	18	19	20	21 整形診 (中高)
24	25 耳鼻科診 (欠席者) 泊前診 (小5)	26	27	28

♪♪ お知らせ ♪♪

★健康診断結果について

健康診断が続いています。御家庭の御協力、ありがとうございます。

疾患等の疑いがある場合、その都度お知らせしますので、早めの受診をお勧めします。全ての健康診断が終わりましたら、夏休み前に結果を一覧にしてお渡しする予定です。

なお、学校の健康診断は医療的な確定診断ではなく、お子さんが学校生活を送るに当たり注意した方がよい兆候等があるかどうかを目的として診察しています。そのため、専門医を受診した結果と異なる場合があるかもしれませんが、御了承ください。

★学校感染症について

学校保健安全法に定められている学校感染症にかかった場合は、児童・生徒の休養とともに、感染症拡大予防のため出席停止となります。別紙「学校感染症による出席停止について」にある学校感染症にかかった場合は、早急に担任へ御連絡ください。**登校の再開にあたっては医師の許可が必要となります。**登校を再開する場合は、別途配布しました「**学校感染症登校許可書**」に、**保護者の方が記入**していただき、学校に御提出ください。学校感染症登校許可書は本校ホームページからダウンロードできます。

6月の保健目標

自分の歯や口の状態を知り歯を大切にしよう！

6月4日～10日は「歯と口の健康習慣」です。むし歯や歯石のあった人などにはお便りを配布

しています。むし歯の見付からなかった人も、丁寧に歯をみがくことを心掛けましょう。

歯周病は、歯垢にいる歯周病菌が原因で炎症を起こして、歯ぐきや歯を支える骨を溶かし

てしまう病気です。そんな歯周病と戦うために、口の中を探検する「歯周病やっつけ隊」にな

ってみましょう。



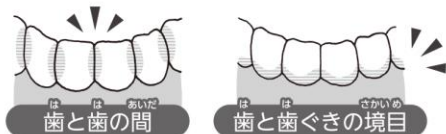
軽症 ← → 重症

<p>ケース1</p> <p>歯みがきの後なのにこんなに歯垢が！ 歯ぐきが赤く腫れ始めています</p>	<p>ケース2</p> <p>1人目より腫れが大きい！ 骨も溶け始めています</p>	<p>ケース3</p> <p>もっと状態が悪いです 歯が動かし、臭い。出血もしています…</p>	<p>ケース4</p> <p>なんて重症！ 歯ぐきが化膿して真っ赤です 歯を支える骨が溶けて歯が抜けています</p>
---	--	--	--

歯周病は歯を失う原因No.1とも言われます。でも歯周病にならないための2つの技があります。

技① 「毎日の歯みがき」で歯垢をきちんと落とす！

技② 定期的にプロにも診てもらおう



- みがき残しが多い場所を丁寧に
- 歯ブラシはこきざみに動かす
- 歯ぐきは45度の角度で当てる

どんなに丁寧に歯みがきしても落ちない汚れもあります。定期的に歯科に行って汚れを落としもらいましょう。



この必殺技で歯周病から口を守ってくださいね。

口から食べていなくても、だ液は細菌などで汚れています。注入している方も、健康維持のために「歯みがきはとても大切です」