ほけんだより

令和８年６月２４日
津南町立津南小学校
保健室

健康診断結果をお知らせします

本日の耳鼻科検診をもって、すべての健康診断が終了いたしました。そこで、要精検の必要なお子さんへの受診のお勧めや尿検査等の結果を『家庭・学校　往復封筒』に入れて配布させていただきます。ご確認いただき、**封筒のみ６月２９日(月)までに返却**をお願いします。

なお、身体測定等の結果につきましては、７月中旬に『健康の記録』にてお知らせいたします。

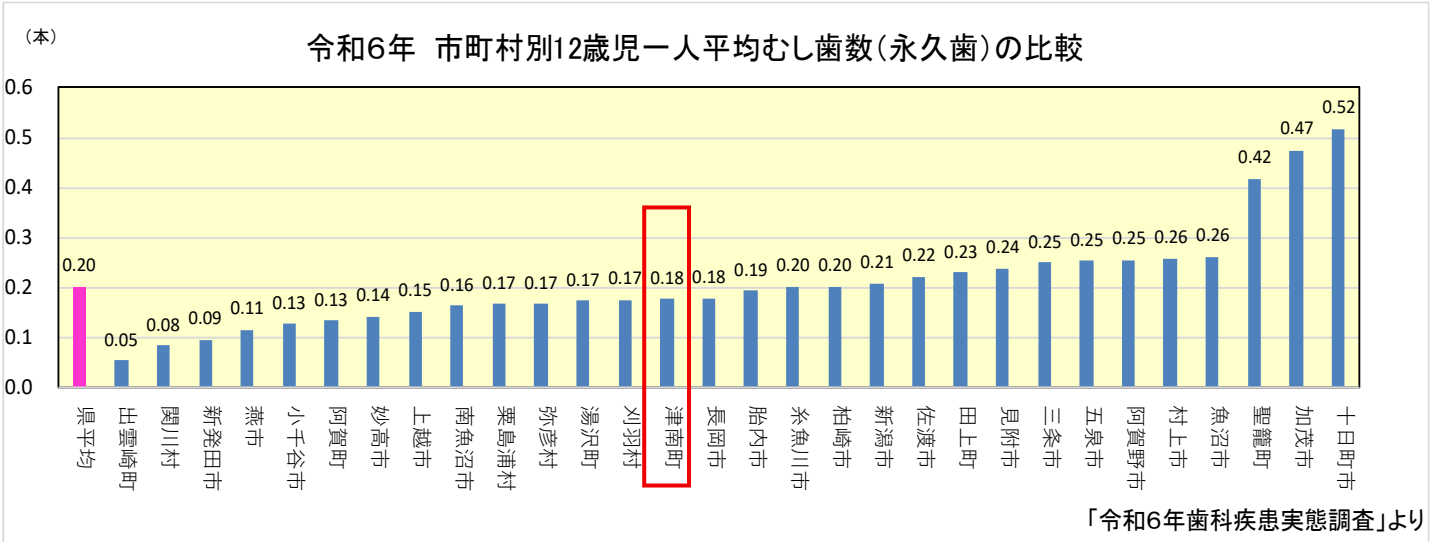
視力低下にご注意を!!…視力 0.9(片眼でも)以下→全校児童の 31.5%

視力低下のお子さんが増えています。慣れているご家庭と学校生活では見えずらさを感じていないかもしれませんが、初めての場所での校外学習や広範囲での学習に不便さが出てこないか心配です。

また、『スマホ老眼』も心配されます。視力低下のサインを参考にされてください。

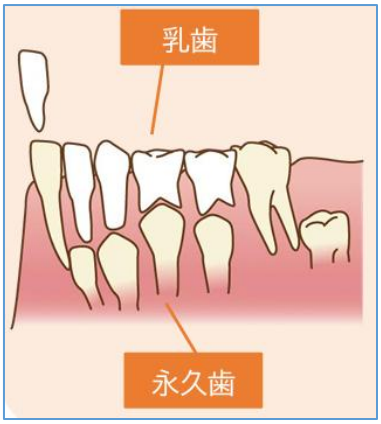
R8 歯科検診結果：永久歯の **C(未処置歯)０本**、**○(処理歯)１３本のみ**でした。すばらしいです!!

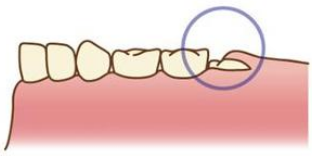
乳歯のう歯は少しありましたが、永久歯につきましては、R8 全校平均一人むし歯指数 0.05 本でした。津南町はご家族の皆様の日々のおかげで例年、下のグラフのように県平均より少ないです。



「令和6年歯科疾患実態調査」より

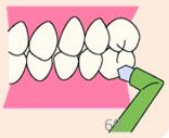
乳歯のむし歯は永久歯にも影響します！
放置せず、治療を受けましょう





6歳臼歯をみがくときのポイント

斜めから歯ブラシを入れたり
タフトブラシ(1歯用ブラシ)を
使ってみましょう



また津南町では、中島デンタルスタジオと津南病院の歯科衛生士さんによる**むし歯予防教室**を行っていただいています。今年度は、

６月２９日(月)５限：３年生
１１月２５日(水)５限：１年生

この機会にさらに**効果的な歯のみがき方をマスター**し、日々の生活に役立ててもらいたいです。

暑い日にスイカはいかがですか？

スイカにはカリウムという疲労回復や利尿作用等の成分が多く含まれています。また英語で「ウォーターメロン」と言い、これからの暑い時期での水分補給や疲れきった身体にも適しています。暑い日にはアイスクリームも良いですが、夏バテに効果のあるスイカも食べてみてはいかがですか？

やっと一日が終わるとため息をついてしまう私ですが、
ちょっと意識して笑顔をつくると…

◎免疫力アップ！

◎好感度アップ！

◎幸福度アップ！ こんなにも良いことがあります。

暑さもこれからピークになっていきますが、『笑う門には福来たる』です。夏休みまであと１ヶ月です。がんばってください。