

# ほげんたより 11月

令和元年 11月 2日  
港区立高輪台小学校  
保健室

11月8日は立冬。暦の上ではこの日から冬が始まります。朝晩を中心に、気温が低い日が多くなってきました。寒さが苦手な方におすすめなのは、服と服の間に空気の層を作ること。つまり「重ね着」です。動きやすさとの兼ね合いを考えると暑い冬用のコートやダウン、セーターなど何枚も重ねて着るわけにはきません。そんな時は、下着の出番です。保健室に腹痛や体の冷えによる不調を訴えて来室する児童の中には、下着を着ないで直接シャツを着ている児童を見かけます。「たかが下着ぐらいでそんなに効果があるのかしら・・・」と思っている方、ぜひ一度お試しあれ。

## 【10月に秋の歯科検診を行いました】

- ・秋の歯科健診の結果、むし歯のある人は41人でした。
- ・春の検診後、44%の方がむし歯治療をしています。秋の歯科検診では、春のむし歯治療をしていない方又、新規むし歯が見つかった方52名に受診のすすめをしています。むし歯は自然治癒しません。食欲の秋本番、歯の状態を整えて迎えましょう

歯科校医の鈴木先生より

「最近、歯の矯正をしている児童がとて多くなりました。歯科健診の結果、歯列・咬合について「経過を観察してください」とお知らせすることがあります。矯正はむし歯の治療に比べて費用がかかります。矯正するタイミングや費用の見積もり等かかりつけの医師に相談するとよいです。」

～歯の健康管理には「3前」生活がおすすめです～



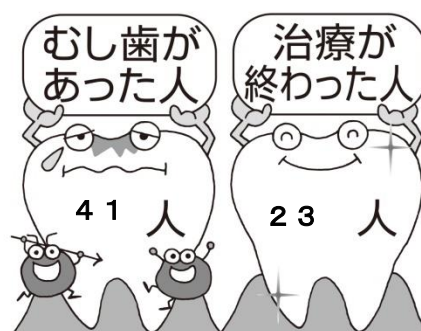
●みがく前の  
歯ブラシチェック



●寝る前の  
必ず歯みがき



●痛くなる前の  
自覚症状がなくても定期的に受診



春の歯科健診のその後・・・



## 【10月の出席停止報告状況】

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
インフルエンザ A		3				1	4
マイコプラズマ肺炎	3					2	5
溶連菌感染症			1	1			2

【人】

かぜ・インフルエンザ対策として ランドセル内に予備のマスクを1枚ご準備ください。

※咽頭結膜熱（アデノウイルス）1人。流行性耳下腺炎1人。手足口病1人。



10月はマイコプラズマ肺炎の報告が5件ありました。熱はそれほど高くないが、病院で受診してもらった薬を1週間内服しても治まらない。そのようなときは、再度の受診をおすすめします。（マイコプラズマの場合は薬の種類を変える必要があります。）