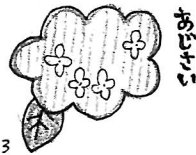


ほけんだより

川上小学校
令和7年 6月26日

梅雨に入り、紫陽花が美しく色づいています。紫陽花は育つ場所の土によって花の色が変わります。

- ・酸性の土… 青色
- ・中性～アルカリ性の土… ピンク色

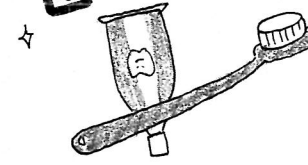


土から取りこむものによって変化が起るんだ!



人間の場合は色が変わったりはしませんが、食べたもので体ができていいるのは同じです。今回は食べることに欠かせない歯のお話です。

歯みがき



チェックリスト

- ☐ 食事の後は歯みがきをしている
- ☐ 歯ブラシを持つときは「えんぴつ持ち」をしている
- ☐ 歯ブラシは正しい力で「こきざみに」動かしている
- ☐ みかき残しやすい場所もみがけている



奥歯のみぞ



歯と歯の間



歯と歯ぐきのさかい目

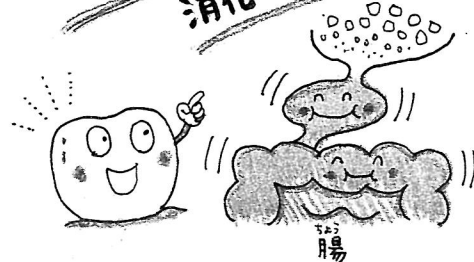


毎日チェックして
いつもきれいな歯で
いよう

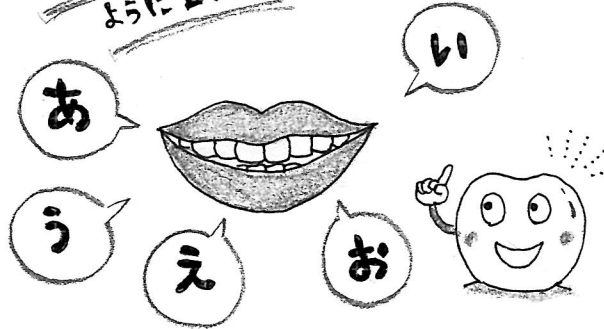
- ☐ みかいた後は金銭でチェックしている

歯の役割はどんなかな??

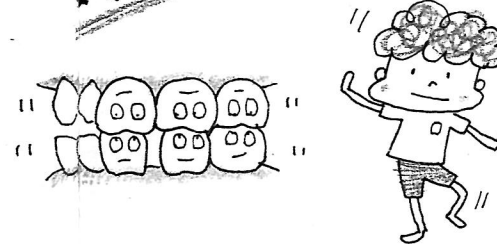
食べものを細かくして
消化しやすくする



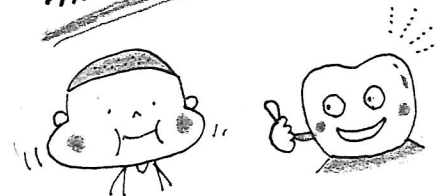
きれいに発音できる
ように自ける



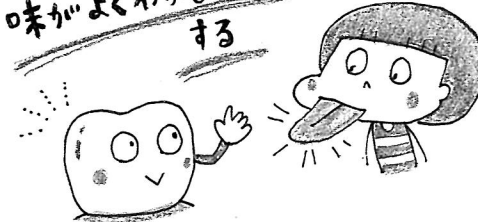
体に力を入れて
姿勢やバランスを保つ



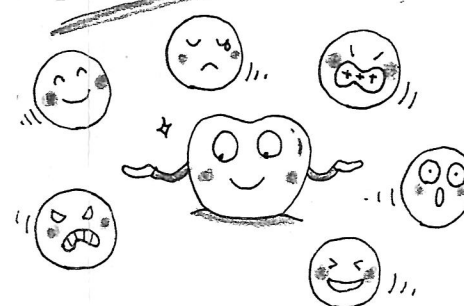
顔の形を整える



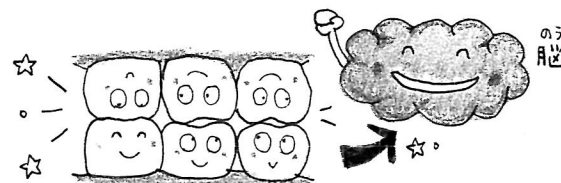
味がよくわかるように
する



きれいな表情をつくる



脳に刺激を与えて
頭が働かようにする



口たえ… 全部

◇ 体力やスポーツにも影響する…!

歯がそろっているかどうかで、かむ力の強さが変わります。朝ごはんを食べて咀嚼を目覚めさせるときにも、スポーツでふんばるときにも、かむ力は大切です。

◇ 顔のつくりにも影響する…!

左右どちらの歯も使ってよくかむことで顔の筋肉を対称にきたえられるので、バランスよく表情を作れるようになります。ごはんを食べるときに、顔がスマホやテレビを向いていると、つい片方ばかりでかんでしまいがちです。

◇ 発音にも影響する…!

歯が足りないとそこから空気がもれ、うまく発音できません。話したり歌ったりするのにも、重要な役割を果たしています。

健康診断の実施について

今年度の定期健康診断は、すべて終了しました。お忙しいなか問診票の提出等にご協力いただきありがとうございました。各健診・検査で所見があった場合のみ結果通知をお配りしていますが、歯科については所見の有無にかかわらず全員にお知らせをお配りしています。

また、1学期末頃には定期健康診断の結果を一覧にまとめた書式をお配りする予定です。ご家庭でのお子さまの健康管理にお役立てください。

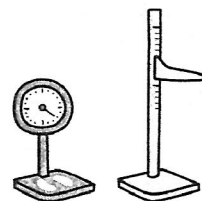
●身体測定の結果

学年	男子(平均値)		女子(平均値)	
	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
1	118.6	21.7	114.9	20.8
2	121.5	24.0	120.5	23.3
3	129.2	27.9	126.3	25.5
4	133.9	31.9	133.0	29.9
5	140.3	32.8	141.6	35.7
6	144.7	38.3	150.8	41.6

河内長野市では、専用のプログラムを用いて成長曲線を作成し、プログラムで「異常群」として抽出された児童の成長曲線を医師会の担当医が判読するという取り組みを行っています。身長の伸び・体重と肥満度および受診状況をもとに判読されます。所見があった人には、7月に結果のお知らせをお渡しします。



歯科健診の結果は次号でお知らせします。

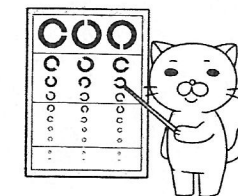


●視力検査の結果

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	合計
受検者	36	46	49	60	47	29	267
1.0未満の割合(%)	13.9	4.3	16.3	30.0	25.5	27.6	19.9

両目とも「A(A)」でない場合は結果をお知らせしています。

視力はとても繊細で、その日の天気や心身の状態によって結果が左右されることが言われています。受診の結果、視力低下の所見がない場合もありますが、なかには近視が一気に進んでいる場合もありますので、これまでは「A」だったのに初めて結果通知を受け取ったという場合や、前回と比べて急に見えづらくなっている場合は、受診をご検討ください。



●眼科検診の結果



	1～6年生合計
受検者	76
所見あり	31

アレルギー性結膜炎の児童が22名と所見のなかでは最多でした。その他は、結膜炎・麦粒腫・内反症・斜視などがありました。

●聴力検査について



5人同時に行う検査で聞こえにくかった人は、再度個別の検査を行ったうえで聞こえにくい人に結果をお知らせしています。学校では検査に適した静かで集中できる環境を確保することが難しいこともあり、受診して異常がないと診断される場合もあります。

一方で、滲出性中耳炎と診断され治療が開始されるケースも少なからずありますので、結果を受け取られた場合は受診をご検討ください。

●耳鼻科検診の結果

	1・4年生合計
受検者	87
所見有り	25

耳垢栓塞ではないけれど耳垢で鼓膜が見えない場合には「家庭で耳掃除をしてください」とお知らせをしています。



耳掃除をする際は、耳垢を鼓膜側に押し込まないように気を付けてくださいと耳鼻科医よりアドバイスを受けています。