

ほけんだより 7月

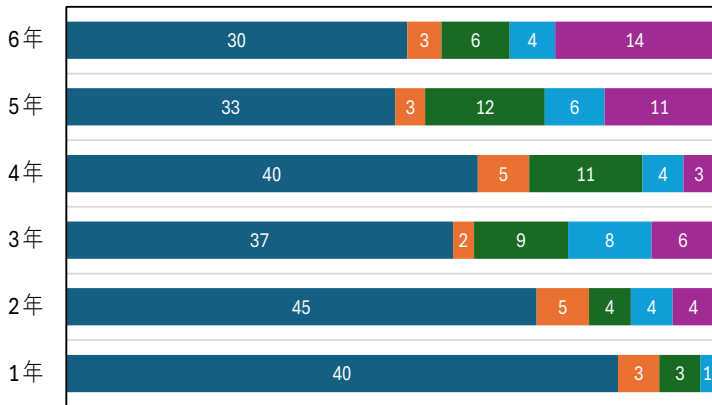
令和8年度
行田東小学校
ほけんしつ

7月の保健目標

「夏の健康に気をつけよう」

視力検査結果より

■ 1.0以上 ■ 0.7~0.9 ■ 0.3~0.6 ■ 0.2以下 ■ めがね



• めがね…めがねをかけたまま、視力を測った人

1, 2年生から視力低下者が意外と多いことが、とても気にかかります。近視が始まる年齢が早いほど、将来の近視の度数は強くなる傾向があるので、近視が始まる年齢をできる限り遅くすることが大切です。

視力低下を防ぐための心がけ

- ★ゲームやスマホ、タブレットなど近くのものとの距離を **30cm** 離して見る
- ★30分以上近くのものを見続けられないこと (30分間見た時は、30秒以上遠くを見るようにする)
- ★屋外で2時間以上過ごして、外の光をあびること (日陰でも過ごしてもよい。)

保護者の方へ

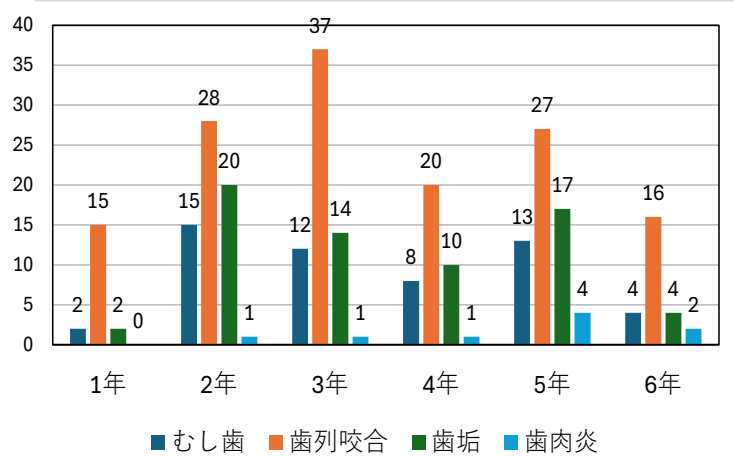
①「定期健康診断結果のお知らせ」配付について

夏休み前に、お様に、今年度の「定期健康診断結果のお知らせ」を配ります。内容をご確認いただき、もし治療や検査が必要で、まだの場合は、早めに受診をお願いします。

7月の予定

1日(水) 生と性の健康講座(5年、全校保護者希望者)

歯科健診結果より



- むし歯…むし歯や、むし歯になりそうな歯が見つかった人
- 歯列咬合…歯並びや、歯のかみ合わせに注意が必要な人
- 歯垢…歯の表面に歯垢がついている人
- 歯肉炎…歯ぐきが赤くはれている人

歯科健診の結果、行田東小には、むし歯やむし歯になりそうな歯がある人が **54人(全校児童の15.6%)** いました。そのほか、歯並びやかみ合わせの指摘を受けた人が **173人(49.9%)**、歯垢がある人が **67人(19.3%)**、歯肉炎の人が **9人(2.6%)** いました。

むし歯も歯肉炎も、原因は歯垢(歯のかたまり)です。歯垢は、ていねいな歯みがきでしか落とせません。軽い力で1箇所20回以上、歯ブラシを細かく動かしてみがくようにしましょう。



★ **口腔衛生優良者** ★
のみなさんです。
6年生2名が選ばれました
おめでとうございます。

②「色覚検査結果のお知らせ」について

3, 6年生の色覚検査の結果については、色覚異常の疑いのあるお子様のみお知らせを配付します。