



# すこやか



うるま市立与那城小学校 保健室 令和4年11月30日 発行

今年ものこすところ、あと1ヶ月となりました。今年はどうな一年でしたか？保健室からみるみなさんは、4月に比べ、心や体はもちろん、顔つきや行動も、ぐっと成長したように感じます。来年（2023年）もひきつづき、けんこう・安全な生活を心がけ、すてきな一年にしましょう。



**12月の保健目標**

**思いやりの心で  
エイスを学ぼう**

**12/1 世界エイズデー**

**エイズって、どんな病気？**

エイズは、HIVというウイルスが感染し、ヒトのからだの病気と戦うしくみをこわしてしまう病気です。HIVは、とても弱いウイルスで、うつりにくく、からだに入りこむルートも限られているので、ふだんの生活で感染することはありません。ただ、ウイルスは血液の中にふくまれるので、ほかの人の血液には直接さわらないように、また、血が出るようなけがをしたときは、ほかの人に血がつかないように、ふだんから気をつけるといいですね。

**寒いけれど  
続けてほしいこと**

寒くなってくると、手洗いや換気が「つらいなあ」って思うことがありますよね。水で手を洗うときに、ついサッと簡単に済ませたくなったり、冷たい風が入ってくるので、窓を開けて空気の入換えをするのがイヤになったりすることもあります。でも、なぜこれらをするのかを考えてみてください。手洗いや換気は、感染症予防のために、ずっとみなさんががんばってきたこと。これからの寒い季節も心掛けてください。

**健康データでみるよなしろ小**

今年ももうすぐ終わりですね。よなしろ小の健康データをみて、4月から今まで、健康にすごせたのか、振り返ってみましょう。

(11月25日現在)

**【保健室来室状況】**

○内科：443件（昨年388件）  
多かった症状：頭痛  
内科的来室が少なかった学年：6年

○けが：358件（昨年377件）  
多かったけが：だぼく  
けがが少なかった学年：4年

**【歯の健康】**

○むし歯なし 27.6%（昨年22.8%）  
○むし歯ちりょうを頑張った人が多かったクラス：1年2組（50%）

○ちりょうずみ 32.5%（昨年29.5%）

○むし歯あり **40%（昨年47.6%）**

**【目の健康】**

○視力0.9以下児童：40.5%（昨年41.4%）  
○視力0.9以下児童眼科受診率：23.2%（昨年24.7%）  
○視力0.9以下児童の眼科受診率が高かったクラス：1年3組、3年2組（50%）

**むし歯のちりょうや  
目の検査は今年のうち♪**

**保護者の方へ** ~冬休みの安全な生活について~

今年も残りわずかとなり、冬休みももうすぐですね。この時期はクリスマスに大みそか、お正月とイベントが多く、ご家族はもちろん、場合によってはお子さんが友だち同士など、子どもたちだけで出かける機会も増えるかもしれません。休み中、また楽しい時間を過ごすこともあって、どうしても気持ちはゆるみがちになります。少しでも事故・トラブルの危険を減らすために、出かける際には

- 行き先、一緒に行く人、帰宅予定を知らせる
- 困ったことが起きたらすぐ連絡する

のように、お子さんとよく話し合い、あらかじめルールを決めるなどのご指導・ご対応をお願いできればと思います。

休み明けに、また子どもたちの笑顔に会えることを職員一同、楽しみにしております。どうぞよいお年をお迎えください。



お年賀状  
お返し  
お楽しみ  
おめでとう

