

すこやか

7月の保健目標
夏を健康にすごそう

2013. 7 新郷小学校保健室



「あさがおがさいた〜。」「かえるがたくさんいる〜。」雨上りの学級園から歓声が聞こえる季節になりました。まだしばらくじゅめじゅめは続きますが、本格的な夏はもうすぐそこまできています。

夏は子どもたちにとって楽しいことがいっぱいですが、でも、熱中症や水の事故など、危険なことが多いのもこの季節です。楽しく夏を過ごせるように、子どもの安全に目を向けましょう。

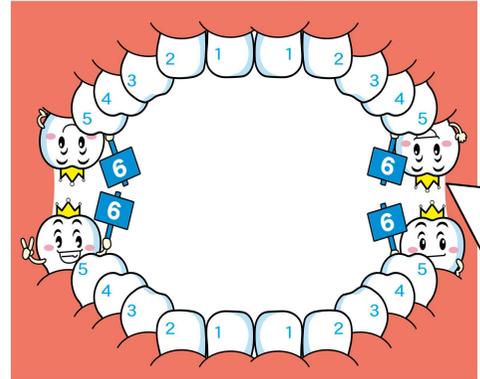


白い歯大作戦で はっぴーになろう!

6月5日～7月8日にかけて、「白い歯大作戦」を実施しています。全員がチャレンジャーになり、染め出しをして、みがき残しを確認したり、作戦をたててみがき直しをしています。どの子どもも意欲的に参加してくれました。個々の結果は、「すこやかファイル」にてご確認ください。

6番が第一大臼歯
1番2番が前歯、3番が犬歯
4番5番が小臼歯
12才前後に6番の奥に第二大臼歯が生えてきます

おうちでもこの手順カードを利用してくださいね。



★低学年さんは…

小さな乳歯の表面（特に内側）にハブラシの毛先を向かわせることが今ひとつ難しいようです。夜の仕上げみがきで、ホローをしてあげてください。

★中・高学年さんは…

犬歯～小臼歯が生えそろう時期なので、歯並びがデコボコしていてもみがき残しが目立ちました。みがき方が雑になっていたり、みがいてない子もいました。



「順番にみがくこと!」
が何よりのひけつです。

「奥から前へ奥から前へ、4回できたらかみ合わせ」の順番を意識させると不思議とどの子どももみがき残しがぐんと少なくなります。

救命救急講習会を行いました



子どもたちが学校生活を安全に送れるよう、毎年6月のプール学習前の時期に、教職員の救命救急講習会を行っています。希望した保護者といっしょに緊急時に備え、心肺蘇生法やAEDの使用（体育館玄関に設置）について学びました。

救命処置の流れ

心肺蘇生法やAEDについてのポイントを習いましたのでご紹介します。いざという時のために、日頃から手順を身に付けておきたいものです。

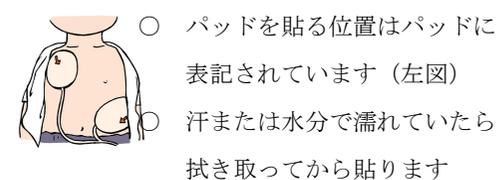
1. 意識の確認
2. 119番通報、AEDを依頼
3. 気道の確保
4. 呼吸の確認



5. 人工呼吸
5. 胸部圧迫



胸部圧迫 30回と人工呼吸 2回のサイクルを繰り返す。
☆口を合わせたくない時や出血している時、息を吹き込めない時は胸部圧迫だけでも効果があるそうです。



- ① AEDの電源を入れる
AEDの指示に従う
必要があれば
- ② パッドを貼る
- ③ ショックボタンを押す

AED到着

7. つづける



救急車が到着するまでつづける。