

ほけんだより 9月

由利本荘市立鳥海小学校
保健室
令和8年9月11日

身体測定・視力検査の結果について

- ・本日、オレンジファイルにて身体測定と視力検査の結果を配付しました。各家庭で保管してください。
- ・今回の視力検査でB以下の視力だった児童には、「病院受診のおすすめ」を配付しています。
- ・オレンジファイルは、9/18(金)までに、学校に返却してください。

視力が低下している人が増えています…

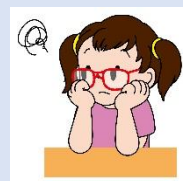
今回の視力検査で、見えづらかった、という自覚のある子どもが多い様子だったので、4月の視力検査の結果と比較してみました。

4月よりも視力検査の結果が下がっていた人の割合は、なんと全校の約35%!

また、裸眼視力が両目Aだった人の割合は41.9%しかありませんでした。めがねをかけている人の中で、矯正視力が両目Aだった人の割合は、28.6%という結果でした。

近年は、スマホ・タブレットの普及により、目に負担がかかる生活習慣になってしまうことで視力低下が進んでしまう子どもが増えています。

遠くを見て目を休めることや、目を動かす習慣をつけることなど、目によい習慣を意識して取り入れてください。



夏休み 歯みがきカレンダーの結果について

夏休み中は、歯磨きの見届けのご協力ありがとうございました。集計したところ、鳥海小学校の子どもたちは、夏休み中に**1日平均1.95回磨いていたという結果**でした。昨年度冬休み(1.94回)よりは、若干平均が増えています。平均2回は超えるような習慣にしていきたいものです。

自分の歯磨きを振り返り、以下のがんばりポイントを意識して取り組んでみてください。

全く磨かなかった日があった人	1日1回は磨こう。ご飯を食べたらすぐ磨くと忘れにくいよ。
1日1回は、磨いている人	夜の歯磨きができていると思うので、それは忘れず続けてね。朝の準備の中に、歯磨きを入れるようにしましょう。
1日2回以上磨いていた人	その調子で、1日3回磨ける日を増やしていこう!

また、歯磨きの平均回数を算出し、各学年で1番歯磨きをがんばっていた児童には、「夏休み歯磨きチャンピオン」として、チャンピオン証書をプレゼントしました。みなさんも、チャンピオン級の歯磨きを目指していきましょう!

【歯磨きチャンピオンの紹介】

- ・1年: ** ** さん(2.96回) ・2年: ** ** さん(2.72回)
- ・3年: ** ** さん(2.63回) ・4年: ** ** さん(2.63回)
- ・5年: ** ** さん(2.78回) ・6年: ** ** さん(2.84回)



9/9は、救急の日です！ ※9/6～9/12は「救急医療週間」です。



9月9日は、9（きゅう）9（きゅう）にちなんで「救急の日」と定められています。また、救急の日を含む1週間は、救急医療週間として、救急医療について広く知ってもらう取組が全国で実施されています。

令和8年度 鳥海小学校 4～8月の保健室来室状況

体調不良での来室

26件

（昨年度：延べ28名）

けがでの来室

96件

（昨年度：延べ106名）

昨年度より児童数が13名減となりましたので、それを考えると、保健室の平均来室数は少し多くなりました。

ちょうかいしょうほけんしつ らいしつりゅう 鳥海小保健室 来室理由ランキング

1位 すり傷（すりむいた）・・・38人

2位 打撲（ぶつけた）・・・22人

3位 頭痛・・・14人

頭痛で来室した人には、「水分はこまめにとっている？」と確認をしていますが、「あまりとっていない」と答える人が多いです。

暦の上ではすでに秋ですが、今後も、水分はこまめにとるように、ご家庭でも声かけをお願いします。

子ども達が自分で対処できるように、ご家庭で絆創膏や薬を準備してくださっている様子も見られます。いつもご協力ありがとうございます。

健康委員会プレゼンツ

熱中症予防の合い言葉

- ① 温度調節をする
- ② こまめに水分をとる
- ③ 自分の服装を工夫する
- ④ よく食べ、よく寝る



鳥海のマスコットキャラクターといえば「オコジョ」！

「オ」「コ」「ジ」「ヨ」にあわせて熱中症予防対策のポイントを4つにまとめました！



感染症に注意！

由利本荘市内で、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症が流行し始めています。飛鳥祭等の行事も控えておりますので、手洗い・うがいなどで予防をしていきましょう！

8/28に行った4年生の手洗い教室の際、手のひらの菌の数を測定しました。1500以下にしようという目標で取り組んでいましたが、鳥海小の4年生は、全員180～900くらいまで菌を減らすことができました。きちんとした手洗いをする、手についた菌の数がしっかり減ることを数字で実感できました。中には1万以上減らした人も！これからも丁寧な手洗いを心がけていきましょう！

