

ほけんだより 7月

令和8年7月9日
豊島区立目白小学校
校長 稲垣 昌弘
養護教諭

梅雨の時期は、湿度が高く、じめじめした暑さの日が続いています。梅雨が明けると、本格的に暑い夏が始まります。熱中症や夏バテにならないために、生活リズムを守り、早寝・早起き・朝ご飯を心がけましょう。

7月3日のお昼の放送で、5.6年生の保健委員会から、熱中症予防に関するお話やクイズを放送しました。夏の水分補給のタイミングや水分摂取の適量、体を冷やすポイントについてのクイズがありました。ご家庭でも、話題にしてみてください。

こんな日は **熱中症** に **注意!**

熱中症に注意したい日は、こんな日です。

- 急に暑くなった
- 湿度が高い
- 気温が高い
- 風がない

こまめに水分を補給したり、WBGT（=暑さ指数）が高い日は、屋外活動やスポーツなどを控えたり、自分なりに熱中症対策をしましょう。「自分の健康は自分で守る」ことを意識して、熱中症対策をすることが大切です。



保護者の皆様へ

7/2(木)に目白すこやかフォーラム(学校保健委員会)を開催しました

今年度は、定期健康診断結果、保健室来室状況について養護教諭から報告し、内科校医、耳鼻科校医、眼科校医の先生方にもご出席いただき、ご助言をいただきました。また、スクールソーシャルワーカーの先生からは、「豊島区のスクールソーシャルワーカー支援について」というテーマで講話をいただきました。養護教諭からの報告、学校医の先生方からのご助言・SSWの講話の内容を抜粋してご紹介します。

養護教諭より

- ・視力は、特に3年生以上になると視力の低い児童が多い。3、4、5年生が昨年度からの視力低下が著しい。
- ・歯科検診にて、歯垢が要観察となった児童は、6年生が特に多く、3割ほどいる。

内科校医の荒木先生より

- ・内科検診では、以前に比べると、就学前に医療機関にかかっている児童も多くいるため、受診勧告を出す児童が減少している。
- ・東京都の感染者情報、特に麻疹の流行状況について、罹患者が増えていること、児童は2回ワクチンを接種しているが、20代~30代のワクチンを1回接種の世代が罹患しやすくなっているため、注意が必要である。また、東南アジアで流行しており、海外交流があるため、国内に完全に持ち込まないようにするのは難しい現状がある。



耳鼻科校医の猪狩先生より

- ・耳鼻科検診時は、花粉症のピークは越えていて、寒暖差のある時期も過ぎていたため、アレルギー症状や鼻炎については落ち着いていた。
- ・目白小の児童は、挨拶がしっかりでき、人の話を聞く態度もしっかりできていた。
- ・耳垢は、プールに入りふやけると、中耳炎や外耳炎、難聴になることもあるため、耳鼻科検診で耳垢のお知らせをもらった場合は、耳鼻咽喉科で取ってもらう。

眼科校医の茂木先生より

- ・3年生以上の視力低下について、外的要因も関与している。タブレットやスマホを長時間続ける、長時間の読書や学習についても、目を休ませることが必要である。目を休ませる時は、なるべく遠くを眺めることが必要である。また、外に出て、太陽の光を浴びることにより、近視抑制の効果がある。広い公園に行って遊ぶなど、屋外活動が大切である。



<保護者からの質問>

小学生に上がり、1年生で急激に視力が落ちました。子供の近視の抑制について、効果的な治療があれば知りたいです。

- 基本的には、目を休めることと屋外活動が大切である。最近、近視抑制の効果がある目薬が開発されている。あくまで近視抑制なので、近視の回復とまではいかないが、使用する場合は、眼科に問い合わせ、目薬の取り扱いがあるか確認してから受診すると良い。

歯科校医の寺内先生より(ご欠席でしたが、お話を事前にいただきました)

<保護者からの質問>

歯科検診にて「歯列・咬合」について指摘を受けることがあります。かかりつけ医からは経過観察で大丈夫と言われますが、実際のところ、治療が必要な状態なのでしょうか。

<回答>

歯科検診のお知らせで歯列・咬合について「家庭で指導観察してください」の場合は、経過観察で問題ない。「歯科医の治療・相談を受けるようにおすすめします」となっている場合は、治療が必要、ということになる。

スクールソーシャルワーカー(SSW)より

- ・豊島区のスクールソーシャルワーカーによる支援についてお話をいただきました。SSWは、児童が抱えている問題の解決に向けて、問題の背景にある課題に目を向け、社会福祉の視点や連携の支援等から、問題の根本的な解決を図る役割がある。
- ・豊島区では、SSWが中学校には1人ずつ配置があり、同じ学区の小学校にも全校に巡回している。完全な不登校になる前に関わりを持てるようになり、不登校は、少し改善してきている。
- ・SSWに相談する場合には、まずは学校に連絡をしてから、面談という流れになります。



<豊島区の不登校対策について>

- ・豊島区教育センターでは、教育相談を行っているため、ぜひ利用していただきたい。また、柚子の木教室があり、不登校児童の居場所がある。ぜひ、見学にいらしてください。
 - ・豊島区の中学校の全校に「SSR」と言って、不登校支援の教室があり、不登校対策支援員が配置されている。小学校も順次「SSR」を設置予定だが、不登校対策支援員の配置予定はない。
- ※不登校対策について、豊島区の教育委員をされている猪狩先生からもお話をいただきました。



ご参加いただきました保護者の皆様、地域の皆様、誠にありがとうございました。