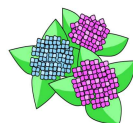


保健だより

H27年 6月
中条小学校



歯と口の健康を守ろう
梅雨時の衛生に気をつけよう

今年は早く暑くなったためか体調不良を訴えたり低学年の児童に発熱での欠席が多く見受けられます。新年度から2ヶ月、経ちましたが欠席0が1日もないという残念な記録です。ぜひ気温の差による体調不良や熱中症に気をつけて過ごしてください。6月は、みなさんが楽しみにしているプールが始まります。熱があったり、下痢をしているときは、プールに入れません。プール学習時は、体の調子にいつもと違うところがないか、家庭での健康観察に留意ください。

6月の保健行事

4日(木)～10日(水) 歯と口の健康週間

6日(土) 7日(日) 歯みがきテスト・歯みがきカレンダー

18日(木) 学校保健委員会 1:30～

30日(火) 生活習慣病予防健診 4年

歯と口の健康週間中、家庭での歯みがきテスト・歯みがきカレンダーへのご協力をお願いします。11日(木) 提出です。

第1回歯科健診結果

	むし歯	×	無
1年	12人	0人	11人
2年	8人	1人	12人
3年	18人	4人	14人
4年	12人	2人	4人
5年	11人	5人	10人
6年	10人	1人	13人
たんぼぼ	3人	0人	1人
合計	74人	13人	65人

左記は歯科健診結果を学年別に表したものです。むし歯がある児童は74人(235本)、×は要注意乳歯といって抜かなければいけない歯、無は、むし歯も処置歯もない児童の人数です。

一生使う大切な歯を、日頃からきちんとみがきましょう。また、該当者は必ず歯医者へ行きましょう。

お知らせは全員提出です。



昔・むし歯予防デー



6月4日をむし歯予防デーとしたのは、その昔。今は6月4日～10日は、『歯と口の健康週間』。それってどう変わったの？



歯と口の健康について正しい知識を持って、日常生活に生かすこと。必要に応じて歯科の健診や指導を受けること。歯と口の健康が生涯にわたってからだの健康に関わることを知り、予防に努めること。



歯と口の健康を守って、年をとってもずっと健康に過ごせる体を作りましょう、という週間なのです。



今・歯の口の健康週間



1 歯みがきステップアップ

自分に一番あった歯みがきを見つけよう。

それには、

○自分の歯の弱点を知る

歯並びのでこぼこしているところに気をつける

○自分の歯みがきの欠点を知る

みがき残しの多いところに気をつける

2 歯ブラシの使い方

○歯ブラシの選び方

自分の口にあった歯ブラシを選ぶ

○歯ブラシの持ち方

えんぴつを持つように軽く

○毛先の当て方

歯の面にきちんと当てる

○動かしかた

たてよこに細かく動かす

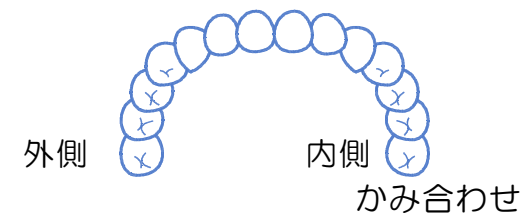
一筆書きの感じで、

内側⇒外側⇒かみ合わせの順でみがくとみがき残しがなくなる

○力の方

歯ブラシが広がらないくらい軽い力で

〈一筆書きみがき方〉



むし歯菌から つかれるのは こんな子

○歯みがきしない子 ○よくかまない子 ○甘いものばかり食べる子

○だらだら食いをする子 です。・・・みなさんはどうですか？



1 2 0
8 1
1 8 4
1 2 2
1 1 5
1 0 1
3 0
7 4 1 3

