

ほけんだより6月



令和5年6月2日
差間小学校保健室



雨やくもりの天気が続きやすい6月。ジメジメとむし暑さを感じること多いですが、雨やくもりの日には気温が急に下がることもあります。その日・その時に合わせて服装を調節できるといいですね。そして、雨の日は、校内でのけがや事故に気を付けて、過ごしましょう。

6月の保健行事

日(曜日)	行 事	学年
1日(木)	耳鼻科検診	1年
4日(日)～8日(木)	歯みがきカレンダー、カラーテストの実施	全学年
24日(土)	歯科衛生士による歯科保健指導	1・5年

保護者の方へ

歯みがき・歯科健診について

5月18日、歯科健診がありました。学校歯科医の先生から以下の点について話がありました。

- ①むし歯は少ないが、みがき残しがある児童がいる。(特に前歯)
- ②姿勢が悪いため、健診時に口を大きく開けることができない。

歯みがき、姿勢について日頃からご家庭でも声をかけていただけると助かります。特に低学年は、まだ上手に歯みがきをすることができません。3年生くらいまでは、おうちの方の仕上げみがきをお勧めします。学校歯科医の先生からは、「小学生の間は、おうちの方の仕上げみがきが歯の健康にとって、とても重要です。」とのお話がありました。

健診後は健診結果のお知らせを配付します。歯科健診でむし歯が見つかった場合は、早めにかかりつけの歯医者さんにご相談ください。また、永久歯については生涯にわたり、使っていく歯ですので、むし歯になってしまった場合は早期治療が必要となります。早めの受診をお願いいたします。(受診後は、受診報告書をご提出下さい。受診報告書が未提出のお子さんは、夏休み前に受診状況を確認させていただきますので、ご理解ご協力よろしくお願いいたします。)

また、今回の健診で「CO(初期むし歯)」が見つかった児童は、保健室でブラッシング指導を実施する予定です。

健康診断の結果について

4月～5月に行われた健康診断の後、治療等が必要なお子さんには受診のお知らせをお渡ししています。受診が済みましたら、受診報告書を必ず学校までご提出ください。



6月の保健目標「歯を大切にしよう」

6月4日から10日までは「歯と口の健康週間」です。差間小学校では、歯みがきカレンダー・カラーテストの取組、学校公開時における親子歯みがき教室(なかよし、1年)、授業での歯科保健指導、保健室でのブラッシング指導、歯と口の健康に関するポスターの掲示等を行います。



☆6月4日から歯みがきカレンダーの取組が始まります☆

◎歯みがきカレンダーのやり方(4日～8日)

- ①歯みがきの回数に合わせて、歯のキャラクターに色をぬる。
- ②歯肉の健康をチェック!チェックポイントは3項目。あてはまる方の□に✓を記入する。(おうちの人と一緒にチェックしましょう。)



◎歯みがきチェックのやり方(2日～8日の間に1回行う。)

●準備するもの

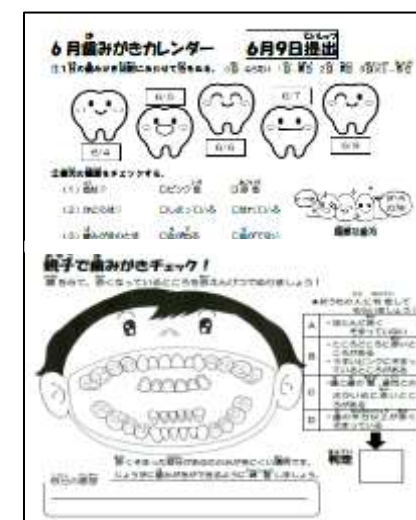
・カラーテスター1つ ・赤の色えんぴつ ・手かがみ ・歯ブラシ ・タオル(服につかないように)

●方法

- ①いつも通りに歯をみがく。
 - ②カラーテスターを1つ、口に入れてかみくだき、つばと混ぜて舌で歯のすみずみまでいきわたらせる。
 - ③2回くらいうがいをする。
 - ④赤く色のついたところが、みがき残しがあるところ。鏡を見ながら、口・歯の絵に色をぬる。
 - ⑤鏡を見ながら、赤いところ(みがき残し)がなくなるように、もう一度歯みがきをする。
 - ⑥最後に感想を書く。(おうちの人には判定してもらいましょう。)
- *歯みがきで赤い部分が落とせなくても、自然に色は落ちていきます。

ちゅうい 注意、その他

- *おうちの人といっしょにやりましょう。
- *途中で気分が悪くなったらやめましょう。
- *服に付いた場合は、すぐに水洗いしてください。
- *カラーテスターは一人一つずつ配付します。



ていしゅつび
*提出日は6月9日(金)です。