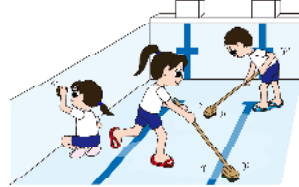


ほけんだより



まもなく梅雨の季節を迎えます。この時期は、じめじめして汗ばむくらいに暑い日もあれば、反対に肌寒い日もあるため、体調を崩しがちです。衣服の調節や汗の始末、そして「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、しっかり体調を整えて登校させてください。



また、食中毒が起こりやすい時期でもありますので、ご家庭でも、食品等の取扱いには十分ご注意ください。

6月の保健安全行事

- 2日(金)尿検査(二次・もれ者)
- 5日(月)口腔衛生優良児童生徒表彰式
- 6日(火)ジュニア救命士講習会(6年)
- 9日(金)歯みがき大会(6年)
- 19日(月)PTA救命講習会
- 27日(火)視覚検診(1年)
- 29日(木)第1回学校保健委員会

6月の保健目標
歯を大切にしよう。

6月の安全目標
雨の日の歩き方や室内での過ごし方に気をつけよう。

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です！ ～「おいしい」と「元気」を支える 丈夫な歯～

これは、茨城県が掲げる今年の歯と口の健康週間の標語です。おいしく食べ、元気に生活していくためには、丈夫な歯であることが大切です。ぜひ、この機会に親子で歯について考えてみてください。

学校では、歯と口の健康に関する活動として次の4点に取り組みます。

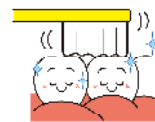
① 歯みがきがんばりカード(全学年)

6月4日から10日の7日間、朝・昼・夜それぞれしっかりていねいにみがいたら色をぬってください。12日に回収しますので忘れずに持ってきてください。また、夏休み・冬休みにも歯みがきがんばりカードを配付します。



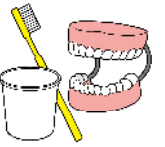
② 歯みがき大会(6年)

第74回全国小学生歯みがき大会に6年生が参加します。これは、海外も含め2893校、約16万人の小学生がそれぞれの学校にしながら、同じ教材を使い同じ内容の学習をするものです。本校は、今年、初参加なのでとても楽しみにしています。



③ 歯科保健指導(全学年)

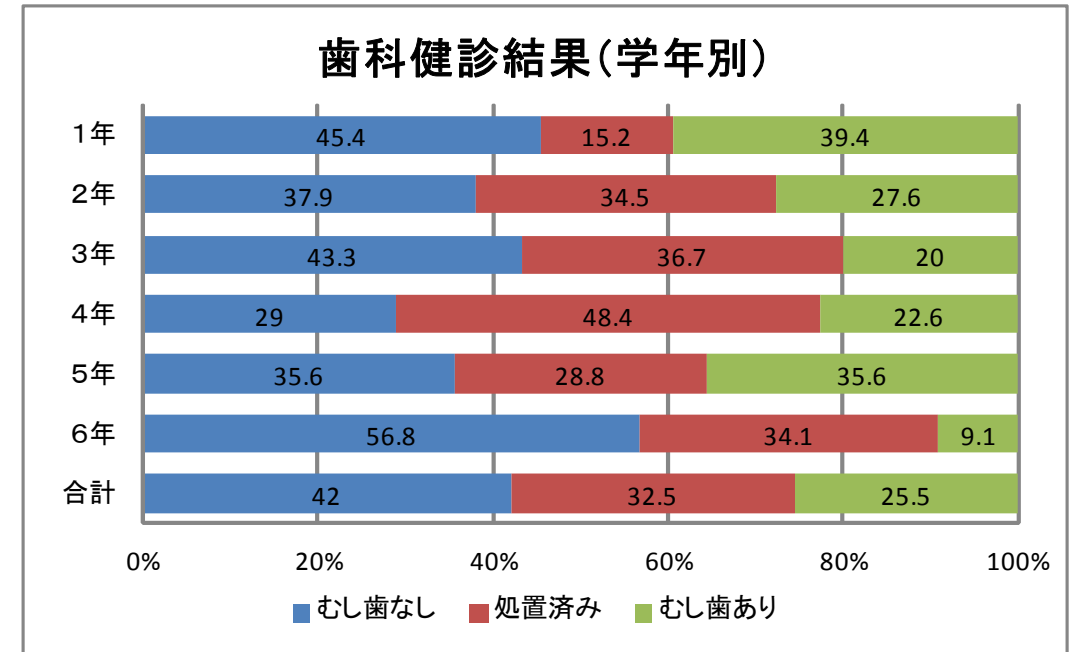
水戸保健所より位相差顕微鏡をお借りし、歯垢の中でむし菌や歯周病菌が動いている様子を観察します。6月6日から9日にかけて、全クラスで実施します。



④ 歯みがき教室(全学年)

火・水・木・金曜日のお昼休みに保健室で「歯みがき教室」を行います。6月13日に1年生からスタートし、1日3人ずつ行います。内容は、カラーテストを使用した歯垢の染め出し、口腔内用の小型カメラ「MIHARU」を使用した自分の口の中の観察です。結果は、けんこう手帳に貼りますので、ご家庭での歯みがきの参考になさってください。

また、みがき残しがなく、きれいにみがけていた児童を「歯みがき名人」に認定し、賞状を渡します。名人目指してきれいにみがいてください。



今年度、歯科健診を受けた児童212人中、54人(25.5%)にむし歯があり、受診をおすすめしました。むし歯や治療した歯が1本もない人は、89人(42.0%)でした。

また、歯垢がついていた人は19人(9.0%)、歯肉炎の疑いがある人は16人(7.5%)でした。低学年では、むし歯がある人に歯垢の付着や歯肉炎の疑いが多く見られましたが、高学年では、むし歯が全くない人の中にも歯垢の付着や歯肉炎の疑いが見られました。むし歯は、放っておいても治ることはありません。必ず治療をしてください。

また、歯垢を落とさずにいると、むし歯だけでなく、歯肉炎になることもあります。しっかり毎日の歯みがきを続けてください。

子どもの手では、なかなかブラシが届きにくいところもあります。夜、寝る前には、スキんシップをかねて、おうち方の仕上げみがきをお願いします。

