

# 6月

# ほけんだより

桜小 保健室

2017.6.11

## 6月の保健目標

### は 歯みがきを しっかりしよう!



今年度は、以下の2名が歯の優良児童に選ばれました。みなさんも、歯みがきをていねいにして、“むし歯0”“健康な歯肉(歯ぐき)”をめざしましょう。

6年松組 篠原 翔大さん

6年松組 宇佐美 空虹さん

### ほけんしどう 保健指導のお知らせ



6月は、各クラスで歯みがき指導を行います。

1～3年生は、弥富市の歯科衛生士さんに来ていただきます。楽しみにしててください。

4～6年生は、保健の先生が歯みがき指導を行います。4～6年生の歯科衛生士さんのお話は、11月頃を予定しています。

### もうすぐ水泳指導が始まります

### プールに入る日の注意



●しっかりすいみんをとり、朝ごはんを食べてきましょう。

●体をせいけつにし、手足のつめを切っておきましょう。



●発熱、げりなど体調がわる悪いときはプールには入れません。

### どっちかな?

## 歯と口の健康 + 歯みがき

① しっかり歯こうが おとせるのはどっち?

A: 毛先がまっすぐ  
並んだ新しい  
歯ブラシ




B: 使いなれて  
毛先が広がった  
歯ブラシ




② 健康な歯ぐきはどっち?

A: 赤くてやわらかい歯ぐき



B: ピンク色でひきしまった歯ぐき

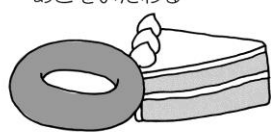


③ 歯と口によい食べ方はどっち?

A: かたい食べもので  
あごをきたえる



B: やわらかい食べもので  
あごをいたわる



④ 歯ブラシの動かしかた、正しいのはどっち?

A: 力いっぱい、なるべく大きく



B: 力を入れず、なるべく小さく



【こたえ】①…A、②…B、③…A、④…B

### つゆどき 梅雨時の注意

#### 事故・けが



教室・廊下は静かに歩きましょう。

床がすべりやすく、カサでまわりも見えにくいです。

#### 気温の差



天気に合わせて服をえらびましょう。

むし暑かったり、肌寒かったりして体調もくすしやすいです。



## おうちの方へ

### 健康診断 ☆ FINISH!



各検査の結果、異常や病気の疑いがみられたお子さま（歯科検診のみ全員）に、『検査結果のお知らせ』をお渡ししました。

水泳により症状が悪化する病気もありますので、まだ受診していない方は早めに医療機関で診てもらってください。

また、視力検査は、弱視（眼鏡やコンタクトレンズによっても矯正視力が不良）の早期発見や、学習に支障のない見え方であるかを検査する目的で行っています。座席を前の方にするという対応だけでなく、視力の低下がみられたら一度眼科を受診されますようお願いいたします。



全校児童を対象にアタマジラミの検査を行いました。たびたび学校でも見つかることがあり、定期的に検査をしています。見つかった場合は、プライバシーに配慮し連絡いたします。速やかに対応していただきますようお願いいたします。

また、おうちの方が見つけられた場合も、校内の感染状況を確認するため、学校へ連絡していただけると助かります。

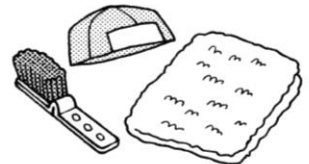
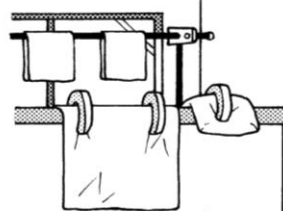
### アタマジラミを予防するには

#### アタマジラミとは

かみの毛にすむ虫で、人間の目でやっと見えるほどの大きさです。頭の皮ふから血を吸って、約1か月くらい生きています。卵は0.5mmくらいの大きさで、白くすき通っていて、かみの毛にしっかりとついています。

#### アタマジラミはうつるの？

直接かみの毛を手でさわったり、水の中に入ったりしてもうつることはありませんが、タオルの貸し借りをしたり、かみの毛が直接ふれ合ったりするときうつることがあります。また、帽子やタオル、ブラシやヘアゴム、シーツやまくらなどのかみの毛がついているものを貸し借りするとうつることがあります。



かみの毛を洗ったあとは、熱風のドライヤーでかみの毛をかわかし、くしやブラシにも熱風を当てます。シーツやまくらは日光消毒をします。アタマジラミを予防するためにも、タオルやブラシ、ぼうしは一人一つずつ準備しましょう。

## 歯みがきチェック・歯ブラシ交換のお願い!

6月末に、1～3年生は弥富市の歯科衛生士さん、4～6年生は養護教諭が各クラスへ伺い、歯みがき指導を行う予定です。（4～6年生は、11月頃歯科衛生士さんに指導していただきます。）

歯みがき指導の前に、自分の歯みがきの状態を確認するため、6月17日（土）と18日（日）の2日間、ご家庭で歯みがきチェックに取り組んでいただきたいと思います。お家の方に答えていただくアンケートもありますので、ご協力よろしくをお願いします。

また、保健委員が歯ブラシチェックを行います。『とりかえようカード』をもらった際は、新しい歯ブラシを用意していただきますようお願いいたします。

## 歯科検診の結果より

海部地区の結果に比べ、むし歯がない人の割合が高く、良好な結果を維持できています。

しかし、治療していない人や歯みがきの状態がよくない人も見られました。丁寧な歯みがきを心がけましょう。

### ◆むし歯の実態（乳歯+永久歯）

