

ほけんだより 6月

令和5年6月26日 田鶴小学校 保健室

毎日むし暑い日が続いています。熱中症に注意しましょう。水筒を持ってきましょう。プール水泳が始まりました。疲れないように、夜は早く寝て、朝ごはんを必ず食べて登校してください。

歯科検診の結果		異常があった人数(人)						合計
		1年	2年	3年	4年	5年	6年	
むし歯がある	乳歯	7	6	7	4	0	2	26
	永久歯	0	0	0	1	0	1	2
むし歯になりかけている歯がある		0	1	1	0	2	5	9
ぬいたほうが良い乳歯がある		0	2	1	1	0	2	6
歯並び注意		7	11	3	4	9	5	39
歯こうがついている		4	4	5	5	9	8	35
歯肉炎になっている		0	0	0	0	0	1	1

歯みがきは毎日続けることが大事。

*治療が必要な人は、早く歯医者さんにみてもらいましょう。

歯医者さんへ行った人は、治療票を学校にもってきてください。

歯科保健調査で口のおいが気になるかと答えている人が8人いました。このうち、6人は歯こうがついていました。しっかりみがけば、歯こうがとれて、口のおいが気にならなくなります。

寝る前の歯みがきが大切なわけ

起きている間は、だ液(つば)が、むし歯や歯周病の原因になる細菌の活動を抑えてくれています。ところが、寝ている時はだ液の量が減るため、細菌が活動しやすい状態になるのです。寝る前の歯みがきで食べカスをしっかり取って、細菌の活動を抑えましょう。

歯の標語入賞 有田地方結果

- 特選 3年 古川泰誠 じょうばな歯 ひびの歯みがき え顔さく
- 佳作 4年 黒柳友花 これからも 自分がほこれる 歯といっしょ
- 5年 山崎娃憐 きれいな歯 つないでいこう 未来へと

泰誠くんの作品は、カレンダーにのります



5年生が全国小学生歯みがき大会に参加しました。映像を見ながら歯の学習をしました。



歯みがきでとれない汚れはデンタルフロスを使ってとります。

今日のおさらい

今日勉強したことを思い出して、線で結んでみよう!

歯の表面についた白くネバネバしたものの正体は?	歯と歯の間
歯肉炎になると...	赤くはれて出血する
歯ブラシでみがききれない場所は?	歯垢(プラーク)
歯ぐきの健康を保つためには?	定期的に歯医者さんに行く

今日勉強したことを、おうちの人にも伝えてみよう!

評価の観点: 学びに向かう力



歯肉炎になっていないか観察しました。初期の歯肉炎は自分でみがいて治せます。



鏡を見ながら歯をみがこう

健康診断でわかることとわからないこと



健康診断では、みなさんがバランスよく成長しているか? 見たり聞いたりするのに不自由はないか? 体の異常や病気の可能性はないか? がわかります。

「受診のおすすめ」をもらったら、なるべく早く専門のお医者さんに診てもらいましょう。不調の原因が早くわかれば、早く治療が始められます。治療期間も短くてすむかもしれません。なにより気分も早くスッキリします。

けれどこんなことはわかりません。

- 視力や聴力の正確な数値
- 病名
- 病気や不調の原因
- 治療法

「受診のおすすめ」をそのままにしないでくださいね



