

ほけんだより6月号



H29. 5. 24

鳥居松小学校保健室

まいにち

は

毎日、きれいに歯をみがこう！

みなさん、毎日、歯をみがいていますか？

「当たり前！みがいているよ！」と答える人が多いと思います。



でも・・・去年の「歯の検査」で、「歯垢がべったり、ついている」と言われた人が、とても多く
いました。・・・ということは、「みがいている」つもりでも、「みがけていない」人が多いので
はないでしょうか。みがけていなくて、歯垢が残っていると、むし歯ができたり、歯肉炎になっ
たりします。

そこで今年度も、歯の検査の前の1週間「歯みがきカード」でチェックをして、しっかりと歯
をみがきたいと思います。ピカピカの歯と歯肉を学校歯科医の先生にみてもらえるようにしまし
ょう。鏡を見て、1本1本ていねいにみがき、歯垢をきれいに落としましょう。

平成28年度鳥居松小学校の歯の検査結果

むし歯 90人



歯垢付着 69人



歯肉炎 74人



歯石付着 35人

5月26日(金)	3年	歯みがきの学習
5月29日(月)	5年	
5月30日(火)	1年	
5月31日(水)	2年	
6月1日(木)	4年	
6月7日(水)	6年	
6月2日(金)～8日(木)	1・3・5年生	歯みがきカード実施
6月8日(木)	1・3・5年生	歯の検査
6月9日(金)～15日(木)	2・4・6年生	歯みがきカード実施
6月15日(木)	2・4・6年生	歯の検査

もちもの：歯ブラシ・

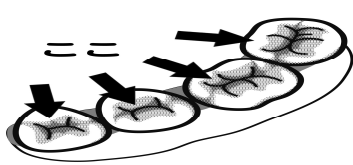
コップ・鏡・タオル(ほ

しい人はつばをはきだすよう

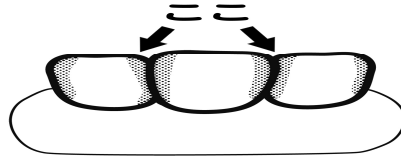
き)
※4・5・6年生は、歯垢の
染め出しをします。**洗濯バサ**
ミとうがい後の**水を吐き出す**
容器を用意してください。

※ 歯みがきカードは、学年により違います。

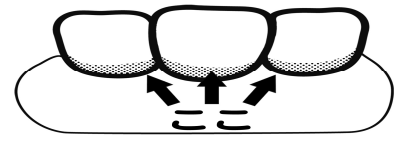
のこ おお みがき残しが多いのは、ここ！！



ば
おく 歯のかみあわせ

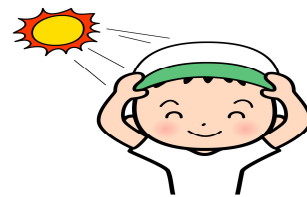


は は あいだ
歯と歯の間



は しにく め
歯と歯肉のさかい目

ねっちゅうしょうちゅうい 熱中症注意！



あつ ひ つづ からだ あつ な じ き とく ねっちゅうしょう
暑い日が続いています。体が暑さに慣れていないこの時期は、特に熱中症にならないよう
に、注意が必要です。次のことに、気をつけましょう。

- うんどうぜんご すいぶん
運動前後に、水分をとろう！



がっこう すいどう ちゃ い も
学校には、水筒にお茶をたっぷり入れて、持ってこよう！

- あさ た
朝ごはんを食べてこよう！

「パンだけ」「ごはんだけ」ではなく、えいよう
かんが ようい
考えてごはんの用意をおねがいします。



- はや はや お
早ね・早起きをして、たっぷりねむろう！

- からだ ちょうし わる む り うんどう
体の調子が悪いときは、無理して運動しないようにしよう！

- そと で
外に出るときは、ぼうしをかぶろう！



<おうちの方へ>

- 歯みがきの学習について…一生、使う大切な歯と歯肉を歯みがきで守る力を身につけられるように、歯みがきの学習をします。歯ブラシ等の用意をよろしくお願いします。
- 色覚検査について…検査を希望される方に個別で検査を実施します。ご希望の方は、連絡帳で担任までお知らせください。
- 学校保健委員会について…保護者の方のご参加をお待ちしています。

日 時：6月29日(木)6時間目 14:35～15:20

参加児童：4・5・6年生

テーマ「楽しく遊んで、元気いっぱい体力UP（アップ）」

講師： 幼児・児童教室 「クレヨン」代表 佐藤弘章氏



