



ほけんだより

2017年6月
銘苅小学校
保健室 No. 3

梅雨の時期になりました。大雨が降ったり太陽が照りつけたりじめじめ蒸し暑かったりと、お空も忙しそうですね。室内は冷房がきいていて、プール後に体を冷やしてしまい、体温調節が難しく、体調を崩す児童が増えてきています。上着を1枚持つなどをして、気温に応じて衣服の調節をし、体調管理に気をつけましょう。

今月の目標・歯の健康について考えよう!



6月1~30日は、 歯と口の健康月間



銘苅小では、6月を「歯と口の健康月間」として取り組みます。4月に行われた歯科検診の結果では、全国・沖縄県の平均と比べて、むし歯のある児童が少ないことが分かりました★むし歯があり治療されていない人は全体の21.6% (154人) でした。また、歯肉(歯ぐき)の腫れや、歯垢やついている人もたくさんいました。むし歯は放っておいても治ることはなく、どんどん進行し痛みも強くなります。ご飯も美味しく食べられません。勉強やスポーツも100%の力を発揮できません。治療が必要な人は早めに歯医者さんへ行きましょう(^^)


むし歯のない人	395人
むし歯のある人	154人
治療が終わった人	163人

小学校6年間、これまで1本もむし歯がない健全歯の児童が、なんと23名いました！
素晴らしいですね★
おめでとうございます★

毎日の歯みがきをパワーアップ!

「クセなんてないよ」と思っている、自分では気づかないクセが7つはあります。じつはそのクセ、歯のみがき方にも。利き手や歯並びの違いで「みがきやすいところ」と「みがきにくいところ」があるため、ついつい「みがきやすいところ」ばかりみがいてしまうのです。

「みがきクセ」を直すには「意識」すること！鏡を見てみがく。みがく順番を決めて一本一本みがく。ちょっと「意識」するだけで、いつもの歯みがきも大幅にパワーアップ。



内科検診のお知らせ

6/7(水)→1年、2年、3年1・2組
4年1・2組
6/8(木)→3年3・4組、4年3組
5年、6年

★服装の準備をお願いします★

- ・上半身→前開きのもの(長袖不可)でも良いが、できるだけボタン付きのプールタオルが望ましい。
- ・下半身→体育着のズボン

★検診時の注意★

- ・「よろしくお願いします」
- ・「ありがとうございました」
- ・大きな声であいさつを!
- ・待っている間はお静かに!

