

けんこうしんだん けっか はいふちゅう
健康診断の結果をゆっくりですが、配布中です♪

ば びょうき かとうせい はや びょういん
むし歯や病気の可能性がある子は、早めに病院に
い けっか いちらんひょう げじゅん はいふ
行きましょう。結果の一覧表は6月下旬に配布しますね。
こんしゅう ちようりよくけんさ ないかけんしん
今週は聴力検査、6月は内科検診もあります。



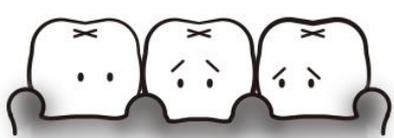
し か けんしん き
歯科検診で気になったこと(3年~6年生へ)

しょうがくせい ししゅうびょう 「えっ！！小学生で歯周病！！」

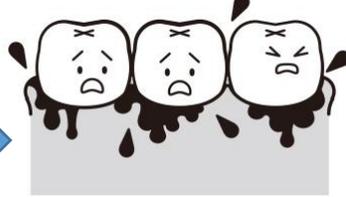
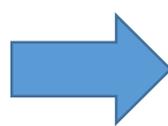
3~6年生の歯科検診が終わりました。むし歯の子もあまりいなくて、めがるっ子はすごいなあ〜とおも
ました。しかし、なんと「歯周病予備軍」が多かったのです。

ししゅうびょう
Qなんね、「歯周病」って？

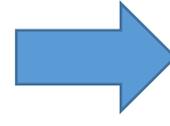
むし歯は、むし歯の菌がみなさんの口の中で増えていって、歯を溶かしたり、穴をあけたりします。
歯周病は、歯と歯ぐきのあいだにたまった食べ物のカスによって歯ぐきが赤くはれてしまったり、熟し
たトマトのようにブニブニになったりすることです。歯ぐきが弱くなると、少し歯ブラシが歯ぐきに
ぶつかるだけで血が出ます。もっと弱くなると、歯を支えることができず、抜けてしまいます。このよ
うな怖い歯周病になりそうな子(予備軍)が銘苅小には多くいました。



は あか
歯ぐきが赤くはれてくる



は よわ
歯ぐきが弱いため、
すぐに血が出る



は よわ
歯ぐきがもっと弱くなると、歯が抜けることも…

せんせい
Q先生、どうしたらいいの？

まずは、鏡で自分の歯ぐきを見てみましょう。健康な歯ぐきはピンク色で、しっかりしています。弱い
歯ぐきは赤色です。腫れているので少し柔らかいです。

歯周病にならないために、歯と歯ぐきの間をやさしく磨きましょう。カスが取れるとだんだん健康
な歯ぐきに戻ってきます。歯科検診の結果に「歯肉」が定期観察、「歯垢」が付着とかかっていた子は
注意しましょう。



みなさんが楽しみにしているプールが昨日から
 始まりました。プールは楽しいこともたくさんあ
 りますが、危険もたくさんあります。
 気をつけてほしいことをお家の方といっしょに
 確認しましょう。



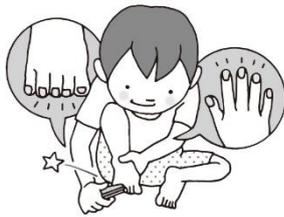
○早ね・早起きをしよう



○朝ごはんをしっかり食べよう



○耳そうじをしておこう



○つめを切っておこう



○準備体操をしっかりやろう



○体調が良くないときは
 すぐ先生に言おう



～気温にあった服装で過ごしましょう～

梅雨が近づいて、ただ座っていても「あつい！！」と感ずますね。
 昨日、今年初めてセミの鳴き声を聞きました。(まだ、5月なのに…)

車で学校に向かってると、
 冬に着るようなパーカーを着て
 登校する子を見かけました。
 保健室に来る子の中には、
 長ズボンの子も中にはいて、
 「暑くないかなあ～」とこちらが
 心配になります。
 体温が調整できないと、体調を
 崩しやすくなります。
 気温にあった服装で過ごしましょうね。



これからますますジメ
 ジメと暑くなるので、
 半袖・半ズボンで過ご
 しましょう。クーラー
 対策には、薄い長袖を
 用意しましょう。

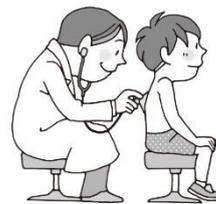
お世話になる学校医の先生です



学校医 宮城 聡 先生

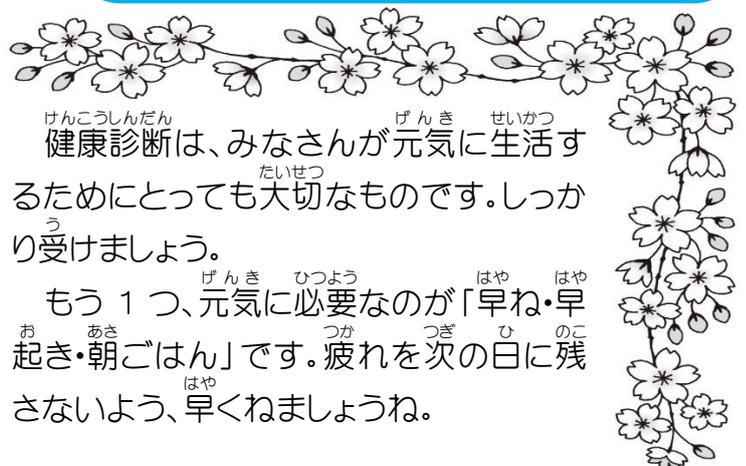
学校歯科医 長嶺 義一郎 先生

学校薬剤師 奈良本 清佳 先生



内科検診

6月5日(水)・6日(木)
《全学年》



健康診断は、みなさんが元気に生活する
ためにも大切なものです。しっかり受けましょう。

もう1つ、元気に必要なのが「早ね・早起き・朝ごはん」です。疲れを次の日に残さないよう、早くねましょうね。