

すこやか

R6.6.3
 とよはしりつげじょうしょうがっこう ほけんしつ
 豊橋市立下条小学校 保健室
 ほけんだより No.7

梅雨の時期になりました。雨の日が続くと、晴れの日に外に出て元気に遊べる楽しさが、あらためてわかりますね。雨の日は、昇降口や廊下が濡れて滑りやすくなっています。廊下は歩いて、安全に過ごしましょう。



6月の保健目標 は たいせつ 歯を大切にしよう

5月23日に歯科健診を行いました。結果は全員に配付しています。「歯医者へ行きましょう」とお知らせに書いてあった子はなるべく早めに歯医者へ行くようにしましょう。



歯科健診の結果



むし歯がある人(C)	虫歯になりかけている人(CO)	歯ぐきに軽い炎症がある人(GO)	歯に歯垢がある人
4人	6人	1人	3人

歯医者さんが、みんな上手に歯みがきができていとほめていました。虫歯になりかけている人(CO)、歯ぐきに軽い炎症がある人(GO)は、しっかりと歯みがきをすれば治ります。丁寧に歯みがきをしましょう！

おぼえよう！

歯のみがき残しやすいところ

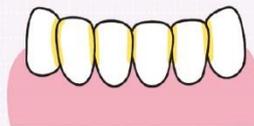
奥歯のみぞ(まん中のへこみ)



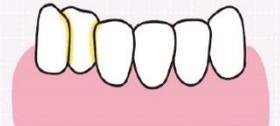
歯と歯肉(歯ぐき)のさかいめ



歯と歯の間



歯ならびがデコボコなところ



フッ素洗口が始まります

去年に引き続き、6月12日(水)から、毎週水曜日、朝の時間にフッ素洗口を行います。

フッ素洗口は、歯を強くしたり、むし歯菌の活動を抑えたりして、むし歯を予防してくれます。

しかし、フッ素洗口をしていればむし歯にならないというわけではありません。正しい歯みがき、規則正しい食生活、定期的な歯科健診をおこないむし歯を予防しましょう！

用意するもの:プラスチック製のコップ

どれも「歯ブラシの毛先が届きにくいところ」なので、食べもののカスや歯こう(むし歯菌のかたまり)が残りがちです。歯みがきをするときは、これらの場所をとくに注意して、時間をかけていねいにみがくようにしてくださいね。



ことば ふわふわ言葉でいっぱいになろう

5月24日の保健栄養短学活でふわふわ言葉について考えました。ふわふわ言葉にはどのようなものがあるか考え、その後、友達と向き合ってふわふわ言葉を言い合いました。いざ友達に言おうとすると、少し照れくさそうでしたが、みんな自然と笑顔になっていました。これから、下条小学校をふわふわ言葉でいっぱいにしましょう！



ふわふわ
ことば

すごい、ありがとう、すてき、大丈夫？

いっしょにがんばろう、やさしいね

いっしょに遊ぼう

たくさんふわふわ言葉を見つけることができました！



ふかえり 振り返り

- みんなをうれしい気持ちにさせたい。(2年 村上 碧志)
- ちくちく言葉は言っても言われてもいやだけど、ふわふわ言葉は言っても言われてもいい気持ちになるからふわふわ言葉を増やそうと思いました。(4年 柳田 郁哉)
- 1年生にふわふわ言葉を掛けてあげて、やさしくしたいと思いました。(6年 北川 衿名)

はじ フールが始まります

フールにむけて、アタマジラミのチェックをしよう！

頭がかゆくなり、耳の後ろなどの髪の毛の生え際に、アタマジラミという虫の卵(右写真)が見つかることでわかります。フケと間違えやすいですが、フケと違い簡単に取れません。汚い・不潔だからなるというのではなく、タオルや帽子の共有をすることで感染します。

疑われる場合は、皮膚科を受診するようにしましょう。※出席停止にはなりません。

