



つつじが丘小学校保健室
令和5年7月4日
No. 7

このおたよりは
看護教諭
発行しています。

おうち
☆まで

届きます
ように…☆

健康診断が終わりました

健康診断がすべて終わりました。毎回、静かに並んで検査を待っていてすばしかったです。

健診後に、お医者さんが病院に行った方がいいかもしれない（要受診）と判断した人たちには、結果のお知らせが配付されたと思います。みなさんしっかりとおうちの人にわたしましたか？「要受診」が出ても、病気とは限りませんが、病院で早めに診てもらおうようにしてください。病院での結果や治療の経過は、もらった紙の下にある「受診報告書」に書いてもらい、必ず担任の先生に提出しましょう。



みんなは知ってる？むし歯の防ぎ方

学校歯科医として、みなさんの歯科健診を行ってくださった、松本歯科医院の松本先生から、むし歯にならないための方法を教えてもらいました！実は、歯みがきをしているだけでは、むし歯は防げないのです。むし歯にならないために、お菓子やジュースのとりかたを考えてみてください

むし歯を防ぐために効果的なことは…

① 甘いものをひかえること！

② フッ素を使うこと！

③ 歯みがきをすること！

● 固形の甘いものよりも、液体の甘いもののほうがむし歯になりやすいです。

● 一度に多い量の甘いものをとるよりも、回数を分けて甘いものをとる方がむし歯になりやすいです。

