

2023(令和5)年6月 真壁小学校保健室



6月4日から6月10日は、「歯と口の健康週間」として「歯や口の中の健康を見直す」一週間となっています。真壁小学校では、6月を「歯と口の健康月間」としています。保健委員による1年生から3年生への本の読み聞かせや保健室前に歯についての掲示をします。ていねいな歯みがきができているかな？どの歯がむし歯になりやすいかな など、普段はあまり気にしない「歯」について観察したり考えたりしてみましょう。5月の歯科検診の結果、「むし歯があります。」「歯垢があります。」と受診のお勧めをもらった人は、早めに治療するようにしましょう。



むし歯にするぞ〜！ ミュータンス菌はこんな子が大好き

食後に歯をみがいていない

快適で活動しやすいなか、酸性の環境がいっぱいだよ。

食べ物をよくかんでいない

だ液が少ないうえ、洗い流されなくてラッキー！

お菓子をよく食べる

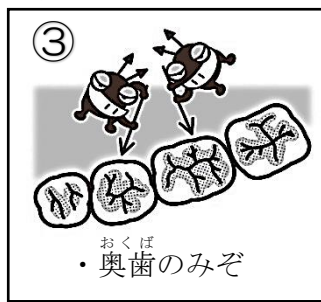
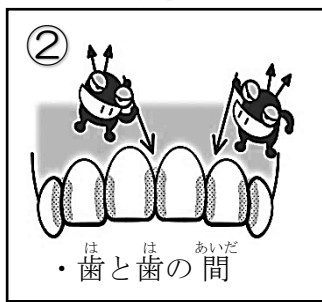
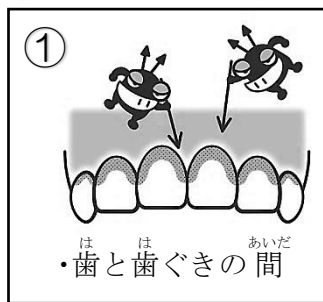
大好きな糖分がたっぷり！酸を出して歯を溶かすぞ〜



生活習慣と歯みがきで、ミュータンス菌をやっつけよう！



歯をみがくときはココに気をつけよう



体調をくずさないようにしましょう

最近、下痢や嘔吐、発熱等での欠席が増えてきています。昼間は暑いのに、朝夕は涼しい日が続いています。体調を崩さないよう、気をつけて過ごしましょう。学校では熱中症予防のため、教室でクーラーをつけたり、扇風機をまわしたりしています。そのため、教室が寒いと感じる人もいます。教室のみんなの様子でクーラーの温度を上げたり扇風機を止めたりの対応をしていますが、暑さや寒さを感じるのは個人差があります。教室が寒いと感じる人は、体温を調節できるよう上着を準備するようにしましょう。6月からプール学習も始まります。朝の健康観察を行い、体調がすぐれないときは、無理をしないようにしましょう。

