

ほけんだより 7月

小高区4小学校
No.4
2019.7.1

7月の保健目標
夏を健康に
過ごそう

梅雨のジメジメとした気候が続き、肌寒い日があったと思ったら、急に暑くなる日もあり体調を崩しやすい時季ですね。6月の中頃から夏風邪をひいてしまった児童も多くみられました。

梅雨時の生活 こんなところに気を配ろう

<p>体を清潔に。 気持ちよく過ごそう</p> <p>湿気が多くベタベタ季節... 突然の雨にうたわれることも...</p>  <p>替えの下着・体操服・くつ下・タオルなどを準備しておこう。</p>	<p>食中毒に注意しよう</p> <p>予防の基本は手洗いですが 食べ物の消費期限や、 火の通り具合にも注意しよう。</p>  <p>冷蔵庫を過信しない！ 大丈夫？</p>	<p>晴れた日を有効に使おう</p> <p>窓を開け風を通してカビ予防。</p>  <p>外に出て体を動かすと 心もスッキリ、ストレス発散。</p>
--	--	---

健康な未来のために 続けよう 歯の健康づくり

<小高区4小学校の歯科保健の取組>

6月12日（水）保健給食委員会児童による 歯に関する紙しばいの読み聞かせ



食べ物を食べてから歯をみがかないでいると、このお話の主人公のように、むし歯がひどくなってしまいますので、これから頑張ってみがいてください。

(保健給食委員会からの一言より)

6月14日（金） 歯科保健指導

学級活動の時間に、養護教諭が学年ごとのテーマに沿って、歯科保健指導を行いました。

1年「子どものは おとなのは」
2年「目指せ歯みがき名人！」
1・2年生ともに、生えてきたばかりで歯ブラシがとどきにくい6歳臼歯（第一大臼歯）をむし歯にしないための、上手なみがき方を学びました。

3年「歯の形に合わせたみがき方」
4年「自分の歯に合った歯みがきを工夫しよう」
切歯、犬歯、臼歯の形に合った歯ブラシの使い方、さらに4年生は自分の歯並びに合わせた歯の汚れの落とし方を考えました。

5年「歯肉炎を予防しよう」
6年「歯肉炎の予防」
デンタルフロスも使って、歯ブラシでは取りきれない歯垢を除去し、歯を失う最大の原因である歯肉炎の予防について考えました。



前歯は歯ブラシを縦に使ってみがく

古い歯垢と新しい歯垢の2色に染まる染め出しをやってみたよ。

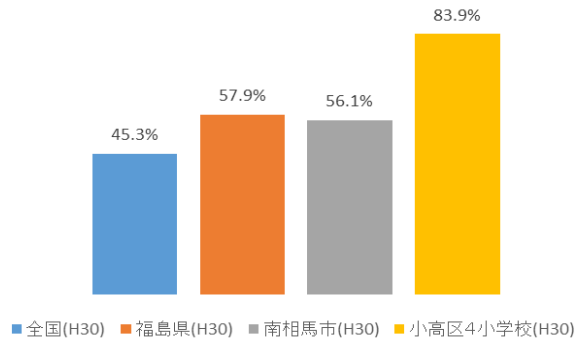


6月21日（金） 歯科検診

数字で見る 小高区4小学校の歯の実態～歯科検診結果より～



（資料）う歯り患率の比較



資料に示したように歯科検診の結果、小高区4小学校のう歯（むし歯）のり患率（未処置歯保有者、処置歯保有者計）は83.9%でした。この数字は全国や福島県、南相馬市と比較しても多いことが分かるかと思えます。このうち、治療が必要な歯がある児童の割合は69.6%でした。先日、「歯と口の健康診断結果と受診のおすすめ」を配付致しましたので、う歯や歯列・咬合、歯垢などで治療が必要な方は早期に受診されるようおすすめ致します。

また、歯垢の付着がみられた児童の割合は51.8%でした。学校歯科医の沖田先生からは、「全体的に歯みがきはよくできていると思いますが、その中でもきれいにみがけている児童とみがき残しがある児童の差を感じます。」と所見をいただきました。