

ほけんだよい

No.2

令和8年5月1日

大田小学校 保健室

文責：渡部 幸江

5月は暦のうえでは夏の始まりです。さわやかで過ごしやすいですが、朝晩と日中の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期でもあります。元気に過ごすコツは、早寝・早起き・朝ごはんです。明日からのゴールデンウィーク中も心がけて、楽しい休日を過ごしてくださいね。



5月の保健行事

歯科検診(全学年) 5月8日(金) 8:30～	・歯や歯ぐきの状態、歯並び、かみあわせなどを調べます。 ・朝のはみがきをていねいに行きましょう。	
フッ化物洗口開始 5月28日(木)～	・むし歯予防のために行います。 ・同意がない人は、ぶくぶくうがいします。	
歯みがき指導 5月19日～27日(全学年)	・給食後の歯みがきをすませ、教室で待ちます。 ・みがき残しや歯ブラシのチェックを行います。	



学校医の先生方を紹介します

- ★内科：岡 史仁先生(在宅医)
- ★歯科：小森谷 亮先生(こもりや歯科医院)
- ★薬剤師：坂本 有里枝先生(保原薬局 今年度より)

◆ 内科検診や歯科検診、「歯の健康教室」、「薬物乱用防止教室」、環境衛生検査等でお世話になります。

保護者の方へ

新学期が始まって、もうすぐ1ヶ月が過ぎようとしていますが、子どもたちは、毎日元気に過ごすことができています。ご家庭での健康管理ありがとうございます。

5月は、運動会や健康診断等の行事がたくさん予定されています。疲れも出てくる時期ですので、今後ご家庭での体調管理をよろしくお願いします。

最近、全国的に(特に東京)、麻疹(はしか)が集団発生しているようです。麻疹ウイルスに感染すると10～12日間の潜伏期を経た後に、38℃前後の発熱が2～4日間ほど続き、体のだるさ、喉の痛み、鼻水、咳、充血、目やになどの症状がでます。

麻疹は空気感染ですので、いつ感染するか分かりません。連休中は外出する機会も多くなると思いますが、人混みでは、マスクの着用、手洗い・うがい、換気等に気をつけて、引き続きお子さんの体調管理をよろしくお願いします。



5月8日は(金)は「歯科検診」です！

○学校歯科医の小森谷亮先生（こもりや歯科医院）が検査をします。歯科検診では、こんなことが分かります。

むし歯^ばになっていないかな？



C 1



C 2



C 3



C 4

むし歯^ばって？

歯^はの表面が少し溶けたむし歯から、歯の根^ねっこまで溶けた重症^{じゅうしやう}のむし歯まであります

歯周病^{し しゅう びやう}になっていないかな？



歯周病^{し しゅう びやう}って？

歯ぐき^{はぐき}の炎症^{えんしやう}です。放^{はな}っておくと歯を支^さえている骨^{ほね}まで溶けてしまいます

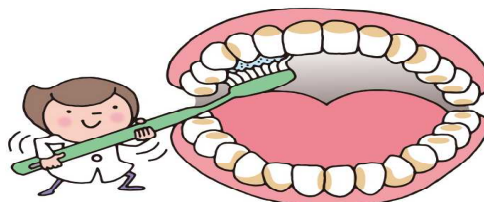
あごの関節^{かん せつ}に異常^{いじやう}はないかな？



歯並び^{は なら}・かみ合わせ^あの異常^{いじやう}はないかな？



歯みがき^はでじょうずに歯垢^{しこう}が取^とれているかな？

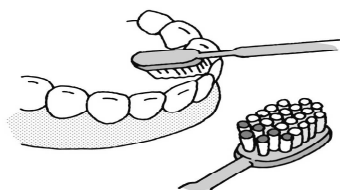


★当日の朝は、みがき残^{のこ}しなく、しっかり歯をみがいてきましょう

◆歯みがきのポイント

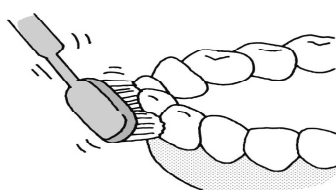
口の中^{くちゅう}には、歯ブラシが届^{とど}きにくいところがあります。みがき方を工夫^{くふう}して、みがき残^{のこ}しがないようにしましょう。

下の前歯^{したのまえは}の裏



歯^はブラシをたてにして、歯^はブラシの「かかと」を使^{つか}ってみがきましょう。

歯^はと歯ぐき^{はぐき}のさかいめ



歯^はブラシの毛先^{けせん}をななめに当^{あた}てて、こきざみに動^{うご}かしましょう。

はえかけの6歳臼歯^{さいろくさいぐすは}



ほかの歯^はより低^{ひか}いので、歯^はブラシを口の横^{よこ}から入^いれて、みがきましょう。

★ 歯科検診の結果は、後日、全員にお知らせします。治療^{ちりやう}の必要な人は、早めに治療^{ちりやう}しましょう。

