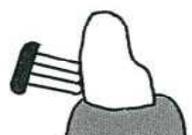


## チェックしよう! 歯のみがき方

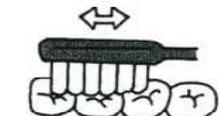
みなさんが毎日がんばっている歯みがき。でも、かんじんの「みがき方」はどうでしょう。きちんとした方法でなければ、たとえ食事の後などにかかさずみがいているとしても、あまり効果があがらないかもしれません。  
 6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。あらためて歯のみがき方をおさらいしておきましょう。



毛先を歯に  
きちんとあてよう



力を入れすぎない  
ようにしよう  
(※150グラムくらい。  
はかりでチェック)



歯ブラシを  
こまかく動かそう



さらに、鏡を見ながらみがくと、自分の歯みがきのようすがよくわかります。「みがいている」だけでなく、「みがけている」ことが大切です。歯のよごれ(歯こう)や食べかすをしっかりとすためのみがき方を身につけましょう。

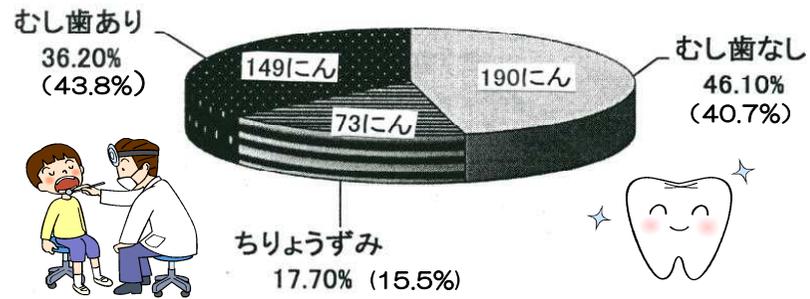
### 【はやねチャレンジ週間】

6月は「はやね」ができているかどうか調査をします。  
 早寝チャレンジカードにわた時刻を記入しましょう!!



『はやね・はやおき』がんばろう。

### 歯科検診の結果 412人しらべ( )は昨年度



※むし歯なし・治療ずみが昨年度を上回っています。  
 ※むし歯があるひとは149人です。治療しましょう。

#### 【学校歯科医の先生より】

- ・歯こうがついている人、歯肉が赤くなっている人が高学年に多いです。歯をみがいているようでもよくみがけていなかったようです。

	低学年	中学年	高学年
歯こう	12人	17人	34人
歯肉炎	18人	11人	23人

- ・歯と歯の間は歯ブラシだけではみがけないので、糸ようじを使うとよいそうです。

### 歯みがき先生 銚田北幼稚園へ (6月5日) 歯みがき指導に行ってきました!!

保健委員会の6年生8名が、歯みがき先生として、園児にむし歯のでき方と、歯みがきについて、劇を通して教えてきました。園児たちは、歌にあわせて、歯みがきレンジャーの歯みがきの仕方をまねして練習しました。



#### 【保護者の皆様へ】

4月から実施してきました定期健康診断も、6月の中旬で終了します。保健調査票の書類提出をはじめ、様々な面からご協力をいただき、誠にありがとうございます。

健康診断の結果から、受診が必要とされたお子さんには「治療(受診)のお知らせ」をお渡しいたします。受け取られた場合には、早めに医療機関で受診されることをお勧めいたします。その結果・経過等について学校までお知らせいただければ幸いです。(※学校での健康診断は「スクリーニング」のため、受診の結果『異常なし』となることもあります。)

また、健康診断の結果、体のこと、健康のことに關してお子さんたちの関心も高まっていると思われる。一緒に学んだり考えたりするよい機会にしていればと思います。



#### 《プール学習について》

夏季のプール学習が始まります。保護者の皆様には、以下のポイントなどを中心に、ご家庭でのお子さんの健康管理・健康観察をお願いいたします。

- \* 爪切り、耳掃除はしてあるか
- \* 前日によく眠れたか
- \* 当日の朝の体調はどうか (発熱・頭痛・腹痛・だるさ等)
- \* 朝ごはんはしっかり食べられたか

お子さんがプール学習に参加するにあたり、「かかりつけ医」からの指示など注意・配慮事項等がありましたら早めに学校までご連絡くださいますようお願いいたします。



