

6月4日から「歯と口の健康週間」が始まります。歯の健康について正しい知識をもち、それを実行することは、体全体の健康を保つことにもつながります。ご家庭でも、ぜひ歯や口の健康について話題にしてみてください。

6月の保健目標

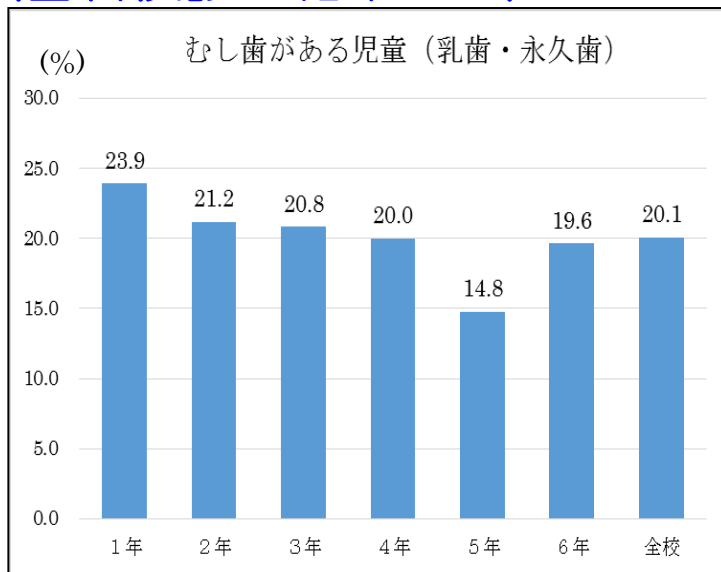
☆歯を大切にしよう



歯と口の健康週間（6/4～10）

のばそうよ 健康寿命 歯みがきで

〈歯科検診の結果から〉



今年度むし歯が見つかった人は、全校で119名（20.1%）と、昨年度の県平均（19.1%）と比較すると若干多いです。特に低学年に多かったです。全体的にみても、ほとんどが乳歯のむし歯でした。中には一人で複数本のむし歯が見つかった人もいます。早めの治療をお願いします。

また、6年では歯肉の異常が指摘された児童が約14%いました。歯肉の健康は、毎日の歯みがきで守ることができます。毎日の歯みがきもしっかりするようにしましょう。

〈かかりつけの歯科医さんをもとう〉

歯医者さんはむし歯になったら行くところと思われていますが、それだけではありません。みなさんの歯と口の健康をつくるために、歯科医院では歯科健診や歯科相談を行っています。また、むし歯や歯周病予防のための治療を行っています。今は「予防歯科」に力を入れている歯科医さんもたくさんおられます。かかりつけの医院をもち、定期的にみていただくことで、歯と口の健康を守っていくことができます。

《どんなことをしてもらえる?》 日本歯科医師会 HP 参照

- 1 むし歯のチェック
- 2 歯肉のチェック
- 3 ブラッシング指導
- 4 歯垢の染め出しチェック
- 5 歯垢や歯石をとる
- 6 歯科相談（あご、かむこと、歯並び等の相談）
- 7 口の中の粘膜の病気チェック



歯と口の健康を守ろう!



福岡小学校では例年のように9月から希望者を対象にフッ化物洗口を行います。これは、むし歯になりにくい歯をつくるための一つですが、「フッ化物洗口をしていれば、むし歯にならない」わけではありません。歯と口の健康を守るためには、正しい歯みがきが最も重要です。お子さんの歯ブラシの状態や磨き方を今一度ご確認ください。



〈水ぼうそう、おたふくかぜに注意〉

5月の下旬から、低学年を中心に水ぼうそうやおたふくかぜ（流行性耳下腺炎）で欠席する児童が出ています。どちらも、潜伏期間が2～3週間と長いので、6月初旬にかけて感染者が増えていくことも予想されます。また、予防接種を受けていてもかかる場合があります。




「体にぶつぶつができてきた」「熱がある」「耳の下が痛い」などの症状がある場合は、必ず病院で診察していただくようお願いします。

また、どちらの感染症も「出席停止」となります。登校許可証が必要になりますので、学校に取りに来ていただくか、HPからダウンロードしてください。

（ダウンロードされた場合も学校に必ず連絡してください。）



〈梅雨はこんなところに注意〉

けがや事故	気温の差	食中毒
<p>雨にぬれた道路や学校内の廊下などは滑りやすいです。また、傘をさしていると周りが見えにくくなるので注意が必要です。</p> 	<p>梅雨は蒸し暑かったり肌寒かったりと不安定な気候が続きます。「汗をかいたらふく」「寒くなったら長袖を着る」など体温調節ができるようにしましょう。</p> 	<p>食中毒の原因となる菌は室温約20度で活発になり、数が増えます。「食べ物を長時間室温に放置しない」「食べる前には必ず手を洗う」など予防しましょう。</p> 

〈水泳学習が始まります〉



6月26日はプール開き

●準備はOK？

- 治療が必要だと言われた耳や鼻、目の病気や治療は終わっていますか？
- 爪は切ってありますか？（足の爪も短く切りましょう。）
- 耳掃除はしていますか？
- 朝ごはんは食べましたか？
- 前の日はよく眠れましたか？

●こんな人はプールに入るのは控えましょう

- 熱っぽい。
- 頭が痛い。
- おなかが痛い。
- 下痢をしている。
- のどが痛い。
- 目がかゆい。目やにがひどい。
- 皮ふにうつる病気がある。



☆ 水泳学習にあたり、かかりつけ医からの指示など注意・配慮を要する事項がありましたら、学校までご連絡ください。（これまでにお知らせいただいた内容の変更などを含む。）

今月の保健行事

- 1日(金)：耳鼻科検診 3. 4年
- 8日(金)：耳鼻科検診 5. 6年
- 4日(月)～8日(金)：元気レンジャーウィーク

今年度最初の「元気レンジャーウィーク」です。家庭でのご協力よろしくお願ひします。

