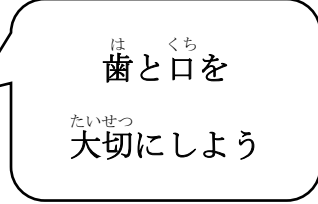
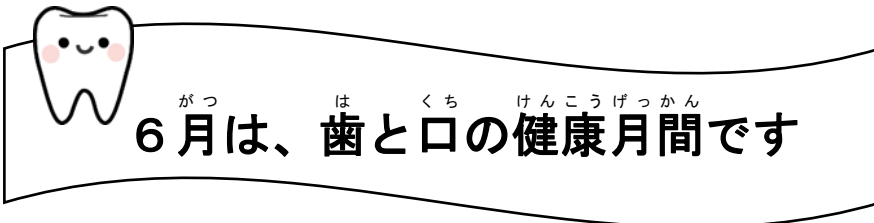


ほけんだより

No4

2024年5月28日
五福小学校 保健室

とてもすばらしい運動会でしたね。みんなのがんばる姿をみて、とっても感動しました！



めあて

- 自分の歯や歯肉がどうなっているのかを知る。→歯の検査があるので、自分の口の中を観察して結果を予想しよう！次のページを見て、おうちの人と一緒にやってみよう。
- むし歯や歯肉炎を予防するには、どうすればよいかを知る。
- 食べた後はみがきが大切なことがわかり、正しいみがきができる。
- むし歯などの治療が必要な時は、早く治療をする。

5月31日(金)は1.2.6年生、6月6日(木)は3.4.5年あおぞらの歯の検査です。

校医の先生は永田歯科の宮田先生です。むし歯や歯肉炎になっていないか、きちんとかめるか、歯はみがけているかをみていただきます。朝ごはんの後に、歯をみがいて、口の中をきれいにしておきましょう。宮田先生は、2時間かけて130人の口の中をみていただきます。感謝の気持ちをこめて、「よろしくお願ひします。」みてもらったら「ありがとうございます。」とごあいさつをしましょう。

1 うける順番と時間 (時間は、すこし変わるかもしれませんが。)

5月31日(金)

*名簿順にならんで受けます。

場所は保健室

8:50 9:02~ 9:14~ 9:29~ 9:44~ 9:58~
1の1 →1の2 →2の1 →2の2 →6の1 →6の2

6月6日(木)

*名簿順にならんで受けます。

8:50~ 9:05~ 9:20~ 9:35~ 9:50~ 10:05 10:13~
3の1 →3の2 →4の1 →5の1 →5の2 →あおぞら →5月31日に受けていない人



*5人ずつ保健室にはいって、すわってまちます。ほかの人はろうかでもちます。

2 歯の検査では、どんなことに気をつければよいでしょう？

(1) はえている歯の数字やアルファベットを歯医者さんが言われるのを聞いて、保健室の先生が記録をするので正しく記録ができるように、しずかに待っておきましょう。

(2) 残りが5人になったら、次のクラスに連絡をお願いします。

3 歯の検査の結果を予想してみましょう。

自分の歯は何本あるでしょうか？かがみをみながら、たしかめてみましょう。()本

つぎのことをみてもらうので、きっとそうだろうと思うものに○をつけましょう。



(1) はならび、かみあわせ、あごのうごきはいいか？



- 0 だいじょうぶです。
- 1 ちょっときをつけてようすをみましょう。
- 2 なるべくはやく、はいしゃさんへいきましよう。
 - ・かたいものをたべると、あごがじょうぶになります。
 - ・よくかんでたべるとあごが大きくなり、はならびもよくなります。

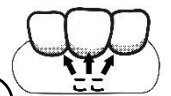
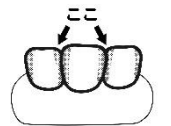
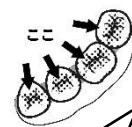


(2) 歯垢(歯のよごれ)は、ついているか？

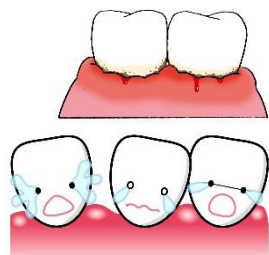


- 0 ほとんどついていません。
- 1 すこしついています。もっと、ていねいにみがきましょう。
- 2 たくさんついています。たべたら、はみがきをしましょう。

しこうは、しろくて、ねばねばしているよ！



(3) 歯ぐき(歯肉)のびょうきになっていないか？



- 0 歯ぐきは、けんこうです。
- 1 歯ぐきが、すこしはれています。はみがきで、歯のよごれをきちんとおとして、ようすをみましょう。
- 2 歯ぐきのびょうきになっています。ひどくなると、歯がぐらぐらしてぬけてしまいます。なるべくはやく、はいしゃさんへいきましよう。

よく、みてごらん！！
しこうは、こんなところにくっついているよ！

(4) むし歯はないか？

自分の歯をかがみでよく見て、予想する本数をかきましょう。



- シーゼロ C0 …むしばになりそうな歯は、白くなっています。
- ()本 ていねいにはみがきをして、ようすをみましょう。

シーゼロ C0が4本以上ある人は、はいしゃさんへいきましよう。



- シー C …むしばになっている歯は黒や茶色になったり、あながあいたりしています。
- ()本 はいしゃさんへはやくいきましよう。

4 歯の検査の結果、治療が必要な人は、できるだけ早く治療をしましょう。

治療が終わったら、歯科検診連絡票を歯医者さんに書いてもらって、学校に出しましょう。