



ほけんだよい6月

R6. 6. 11

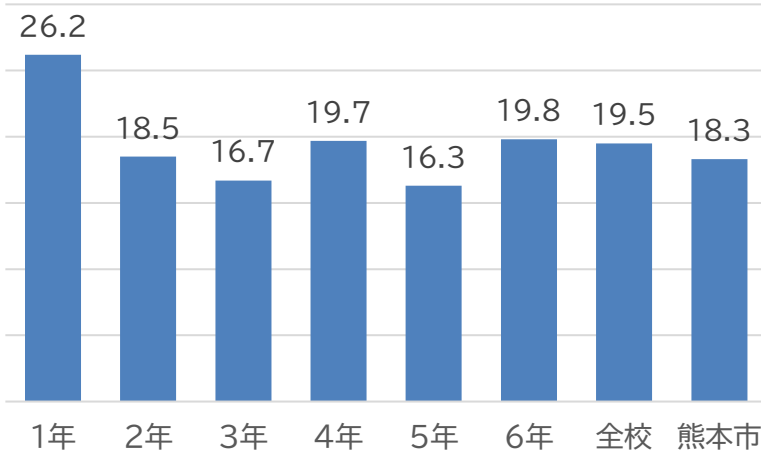
しみず小 ほけん室

文責 坂本

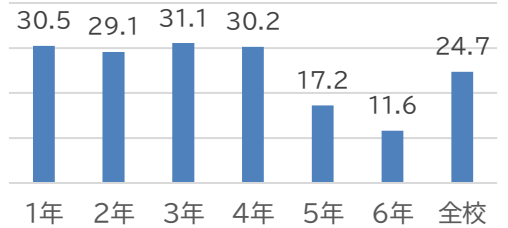


6月の保健目標は「歯と口のけんこうに気をつけよう!」です。なぜ歯と口をけんこうに、大切にしないといけないのでしょうか?歯や口は、私たちが食べものをとるための、『入り口』です。いつもきれいに、けんこうにしておかないとしっかりかんでものを食べることができず、からだを作ったり動かしたりするもとなる栄養がとれなくなってしまいます。「甘いものや好きなものだけ、たくさん食べたい!」「歯みがきはめんどくさいからしたくない」…そんな気持ちに、自分のためにストップをかけて、歯と口からからだところが元気になるように、毎日の生活をがんばってほしいと思います。そこで、4月の歯科健診の集計結果をお知らせします。

R6.むし歯があった人の割合(%)



R5.むし歯があった人の割合(%)



むし歯があった人の割合は、昨年度より全体的に低くなっていましたが、熊本市の平均よりはやや高かったです。また、歯こう(歯のよごれ)が付いていた人は29.1%(R5:19.1%)、歯肉(歯ぐき)が赤かったり腫れたりしていた人は18.3%(R5:2%)、歯列(歯並び)や咬合(かみ合わせ)が要観察または要受診の人は7.4%(R5:6.3%)と、いずれも昨年度より高くなっていました。学校歯科医の先生からも、「むし歯は減っている」、「歯並びやかみ合わせが気になる子が多かった」というコメントをいただきました。



保護者の方へ

学年が上がるにつれて、自分だけで歯みがきをがんばっているお子さんも多いかと思いますが、どれだけ気をつけてみがかいても、子どもの歯みがきには限界があります。ぜひ、一週間に1回は保護者の方でチェックをしていただき、半年に1回は歯科医で検診を受けることをお勧めいたします。

6月15日(土)~6月21日(金)に「かぞくではみがきチェック表」を行います!

このチェック表はそれぞれの日にちにめあてを設けていますので、めあてに向けて取り組んでいただき、守れたかどうかのチェックを子どもとご家族(どなたでも構いません)が行うものになっています。一週間の実施後、保護者の方よりサインか感想のご記入をお願いいたします。具体的には、子どもに配付しますチェック表をご覧ください。チェック表の提出日は6月24日(月)となっております。ぜひ、この機会に家族で歯と口の健康を意識した生活を心がけていただけると幸いです。どうぞご協力よろしくお願いたします。



~感染症情報~

清水小で5~6月に報告があった感染症は、次の通りです。

○溶連菌感染症 ○新型コロナウイルス感染症 ○感染性胃腸炎

いずれも罹患者数は一桁ですが、これから夏にかけていろんな感染症が流行ってきますので、ご家庭でも引き続き、手洗い・うがい、咳エチケット、規則正しい生活など感染症対策をよろしくお願いたします。

ハンカチ・ティッシュは、いつも もっていますか？

保健室に来る子どもたちから「ハンカチ・ティッシュを忘れてきた」、「教室にはある」という声をよくききます。清けつなハンカチ（またはタオル）やティッシュは、手を洗った後や汗をかいたとき、せきやくしゃみが出る時、けがをしたときや鼻血が出たときなどにとっても役に立ちます。そこで、毎日忘れないための工夫として、ハンカチとティッシュを3～5セットくらいかごなどに入れ、ランドセルの近くや玄関のたななどにおいておくことをおすすめします。



ねっちゅうしょう ようじん ジメジメした日も熱中症にご用心

熱中症は、気温が高く、太陽がてりつける日に起こるというイメージがあるかもしれませんが。しかし、ジメジメとした湿度が高い日も熱中症の危険が高まります。湿度が高い日は、汗が蒸発しにくく、体に熱がこもるため熱中症になりやすいです。6月は、暑い日が多くなる上に、梅雨でジメジメします。運動場や体育館などで活動するときはこまめに水分や休けいを取りながら、熱中症にかからないように気をつけましょう！そこで、いつでもすぐに水分がとれるように毎日水筒を持ってくることをおすすめします。



さいごまでよんでくれた人は、
まちがいをさがせ～～！！ちがうところは 7 こ！



★答えは、保健室前のろうかに掲示します。