

# ほけんだより

平成29年6月5日  
港区立御田小学校  
校長 三浦和志  
主任養護教諭 島崎智子

## 6月の保健目標 ・・歯を大切にしよう・・

ひと雨ごとに校庭の紫陽花も色づきはじめ、梅雨入りが近いようです。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。御田小学校でも、歯や口の健康づくりのために、全校を対象にした「歯の健康集会」で、保健委員会による発表や山中歯科校医による講話を予定しております。4年生では混合歯列期における正しい歯の磨き方を知るための授業を実施します。

ご家庭でも歯の健康について話題にしてください。



## 6月の保健行事

月	日	曜日	項目	対象学年	備考
6	2	金	・聴力検査	1・2年	
6	7	水	・プール前内科検診 am8:45～	全学年	
6	8	木	・歯みがき大会	4年	※各クラス1時間
6	9	金	・歯の健康集会 am8:25～8:40	全学年	※体育館で実施
6	15	木	・色覚検査	4年	※希望者のみ
6	16	金	・側弯健診(モアレ検診) am10:40～	5年・対象者	※1, 2校時・中休み体育館使用

## 歯を失う最大の原因は歯周病 今から始めよう 歯周病対策!



歯周病は、歯と歯肉の間のミゾにたまったプラーク(歯垢)が原因で炎症を起こし、歯周組織を破壊していく病気です。病状の進行程度により、歯肉炎→歯周炎にわけられますが、重度の歯周炎になると歯周組織が歯を支えきれなくなり、最後には歯が抜けてしまいます。

予防するには、毎日のていねいな歯みがきはもちろんですが、よくかんで食べることで洗浄効果を期待できる「唾液」の分泌量を増やしたり、寝起きにブクブクうがいをするのもGOODです!

歯肉が赤くしブヨブヨ...  
丸く厚みがありふくらんでいる  
歯をみがくと出血する...

なお、歯肉炎の段階では、ていねいなブラッシングにより炎症を治すことができます。時々、鏡で歯肉の状態を確認して、早期発見・早期対策を心がけましょう。定期的に歯科医院へ通いチェックしてもらおうとともに、ブラッシング指導を受けることもおすすめします。

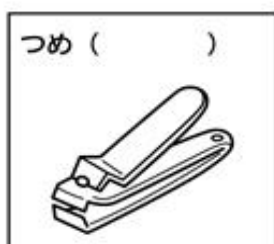
## プール開き前の確認事項

以下の場合には、プールに入れません。

- ① 内科・眼科・耳鼻科の『健康診断の結果のお知らせ』をもらった児童は、【相談・治療の結果】を提出するまでは、プールに入れません。
- ② 定期健康診断とプール前内科健診が未受診の児童は、お知らせを渡します。各学校医で健康診断を受けてください。健診結果を提出するまでは、プールに入れません。
- ③ 腎臓検診・心臓検診の結果がプール可と、出るまではプールに入れません。
- ④ アタマジラミが見つかったときは皮膚科を受診し、卵を駆除するまではプールに入れません。

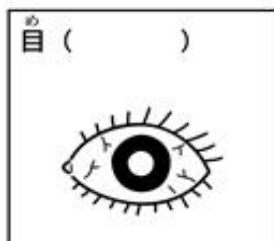
### プール前の健康チェック

ぜんじつ  
前日

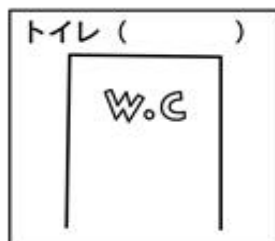


プールでの授業はいつもの体育の時間より体力を使います。また、ふだんとちがった環境で体を動かします。前日から当日にかけて自分の生活や体についてチェックをし、少しでもよくない点があったらプールに入るのはやめましょう。

とうじつ  
当日



うちひとみ  
お家の人に見てもらおう



### \* アタマジラミの確認をお願いします。 \*

5月の「ほけんだより」で、アタマジラミ発生のお知らせをしましたが、今も発生の連絡が続いており、駆除対応をいただいております。各ご家庭でも、プールの前に必ず、お子さんの髪を確認してください。