

ほけんだより



月号

南 城 市 立
知 念 小 学 校
ほ け ん し つ
令 和 6 年 6 月 1 4 日 発 行

今月のほけん目標

は たいせつ
・歯を大切にしよう

今年の梅雨は、かなりの雨が降っていて、雨でジメジメとした日が続いていますね。これから、クーラーや扇風機などを使う日が増えてくると思います。ひんやりした部屋は気持ちがいいですが、体がだるくなったり、体調を崩しやすくなる原因にもなります。暑さになれていないこの時期は熱中症にもなりやすいと言われています。これから本格的に暑くなる前に、雨が止んだときには、外に出て活動し、体を暑さに慣らすようにしましょう。

ほけんちょうかい ★保健朝会がありました★

6月5日に保健朝会がありました。水泳学習の前に、子どもたちにも、AEDについて知ってほしいということで、保健委員さんが、発表を行ってくれました。本校のどこにAEDが設置されているか分かりますか？ 児童玄関と体育館に設置されています。水泳学習の期間は、児童玄関のAEDがプールに移動されています。保護者のみなさんも、もしもの時に備え、AEDの設置場所の確認をよろしくお願いします。



きれいに、大切に。歯科の定期受診のすすめ

歯科検診が終わり、ご家庭に、歯科検診の結果のお知らせを配布しました。むし歯のあった子は、早めに治療をお願いします。むし歯は放っておくと、進行し、治療にも時間がかかることになります。また、むし歯のなかった子も半年に一回は予防のために、定期受診をおすすめします。

タフトブラシ使ったことありますか？

歯ブラシ以外にデンタルフロスを使用しているご家庭もあるかと思いますが、タフトブラシは、歯の表面の溝や歯と歯と間、歯茎との間の磨き残しを防いでくれるのでおすすめです。

小学生は歯の生え変わりもあるため、みがき残しが多くなります。口腔のケアにタフトブラシを取り入れてみることをおすすめします。



歯面の清掃

STEP 1

全体的に

ハブラシ



STEP 2

みがき残し
しやすいところに

タフトブラシ



歯と歯の間の清掃

STEP 3

歯間の
狭いところに
デンタルフロス
歯間の
広めなところに
歯間ブラシ



自分の歯や口の状態に合っているものを選択しましょう。

保護者のみなさまへお願い

定期健康診断も残すところ、2・4・5年生の内科検診のみとなりました。

歯科検診や耳鼻科検診については結果を配布しております。視力検査や聴力検査、内科検診結果については、配布の準備をすすめています。

受診をおすすめされたお子様の受診をよろしくお願ひします。