

6月のほけんだより

令和4年6月1日 発行
東山小学校 No.3

げんき うご 元気に動くとじんわり汗が…少しずつ暑さを感じるようになりました。6月は雨の多い時期です。あめ ひ たいちよう ひと ふ 雨の日には体調をくずす人が増えるので注意しましょう。あめ とうげこう 登下校では、カッパを着たり、カサをさしたりして、あめ たいりよく 雨に体力をすいとられないようにしましょう。

6月の保健目標は…

は たいせつ 歯を大切にしよう！！ です。

し か けんしん けっか 歯科検診の結果をお知らせします



がくねん 学年	むし歯がない人	ちりょう 治療した歯がある人	むし歯がある人
1 ねん 1年	95人	2人	11人
2 ねん 2年	62人	10人	11人
3 ねん 3年	61人	9人	13人
4 ねん 4年	48人	5人	14人
5 ねん 5年	65人	4人	2人
6 ねん 6年	48人	7人	13人
ぜんこう 全校	379人	37人	64人

がく 5月の歯科検診の結果から、「歯科検診結果のお知らせ」を配付しました。この紙は、むし歯のあり・なしに関わらず、全員に配付をしています。いま じぶん は くち しょうたい 今の自分の歯と口の状態をしっかりと確認しましょう。むし歯があったり、歯ならびが心配であったり、何か気になることがある人は、早めにかかりつけの歯医者さんで相談をしましょう。

歯科検診、謎の言葉の意味は…？

はいしゃ 歯医者さんに言われるC（シー）やGO（ジーオー）の意味をお伝えします。

C（シー）→カリエスという英語の略で、むし歯のこと

CO（シーオー）→軽いむし歯のこと

G（ジー）→歯肉炎（歯ぐきがはれる病気）のこと

GO（ジーオー）→軽い歯肉炎のこと

※COやGOと言われた人は、むし歯や歯肉炎を悪くさせないために、歯みがきをていねいに行ったり、おやつを見直したりしましょう。





むし歯菌が大好き!?

歯みがきをていねいにしていない

歯についた
白いかたまりは、
ボクたちの家。
歯みがきなんて...
簡単でいいよ!

白いかたまりは歯垢と
言って、むし歯や歯周
病の原因になる菌がたくさんい
ます。水に溶けにくいので、う
がいだけではダメ。歯みがきで
きちんと取りのぞきましょう。

おやつをダラダラ食べている

砂糖がたくさん
入ったおかし。
ダラダラ食べようよ!

むし歯菌は、ダラダラ
食べている口の中が大
好き。食べ物に含まれる糖分
をエサにして酸を作り出し、歯
を溶かしてしまいます。おやつ
は時間を決めて食べましょう。

あまりかまずに食べている

だ液がたくさん
出たら流れちゃう!
よくかまなくても
いいよ—

口の中の汚れを洗い流
してくれるだ液。よく
かんで食べるとたくさん出ます。
普段からかみ応えのあるものを
選んで、ひと口30回しっかりか
みましょう。



上手に歯みがきで
きるかな

ポイントは...

- えんぴつ持ち
- 毛先が広がらない
程度の軽い力で
- 1本ずつ小刻みにみがく

注意してみがきたいところは...

- 歯と歯ぐきの境目
- 奥歯のみぞ
- 歯が抜けているところ
- 歯と歯のあいだ
- 生えかけの歯