



R3. 5.31 大府市立神田小学校

こんげつ ほけんもくひょう  
今月の保健目標

は たいせつ  
「歯を大切にしよう」

6月は、雨の多い時期です。胃腸かぜや食中毒などお腹の病気にかかる人がいます。急に暑くなり、暑さに慣れていないため、暑い日には熱中症も心配です。疲れているといろいろな病気にかかりやすくなるので、夜は早めにふとんに入り、しっかり寝るようにしましょう。コロナ予防はもちろん、清潔・安全に心がけ、元気に過ごしましょう。

## 6月の保健行事



内容	日時				備考
体重測定		1時間目	2時間目	3時間目	※ <b>体操服</b> を持ってきましょう。
	1日(火)	6の2・6の1	5の1、	4の2・3の1	
	2日(水)	2の2・2の1	5の2、		
	3日(木)	1の2	1の3	4の1、3の2	
	4日(金)		1の1	あすなる	
検尿(二次)	3日(木)	対象者…再検査者・未提出者 ※当日の朝、起きてすぐの尿を取って忘れずに持ってきましょう。			
第1回 学校保健 委員会	28日(月)	テーマ「知ってますか？すいみんの大切さ」 ○大府市保健センター 東村亜美保健師さんからお話を聞きます。 ○参加 4年～6年 テレビ放送で行います。大切な睡眠。上手にとれているかな？時間は足りているかな？振り返ってみよう。			

## 歯、きれいにみがけているかな？

歯科健診が終わりました。むし歯や歯肉炎はありませんでしたか？  
歯科健診の結果「歯垢がついている」と言われた人が全校で65名(16.6%)と多く、驚きました。ていねいにみがかないと食べかすは取れません。力を入れすぎず軽い力で、特に夜は3分間くらい、1本を20回くらいずつみがきましょう。歯は一生ものです。大切にしましょう。

あらう大変！、  
あなたは大丈夫？



は ぶぶん  
歯ブラシのさまざまな部分でみがこう

あ ぶぶん  
かみ合わせの部分には…

けさき ぜんたい  
毛先の全体をあてる！

は うら  
歯の裏には…

さき  
「つま先」や「かかと」をあてる！

は しにく め  
歯と歯肉のさかい目には…

けさき  
毛先をななめにあてる！

# おうちのかたへ

## ★健康診断は受けた 後も大事です .....

### ○「お知らせ」を受け取った人へ

学校の健康診断は「スクリーニング」といって、体の異常や病気の疑いがあるかどうかをふるい分けるためのものです。学校検診の結果だけでは確定せず、医療機関で詳しい検査を受ける必要があります。

今年度も、成長の異常を早期に見つけるために、疑いのある場合はお知らせしました。かかりつけの病院などで成長曲線・肥満度曲線を診てもらってください。

尿検査は、(+)以上が再検査となっております。6月下旬にお渡しする健康手帳に貼る「健康診断の結果」には(±)の人も記入してありますが、心配ないとのことですよ。

う歯や視力なども早めの検査や治療が大切です。ご協力よろしくお願ひします。

### ○アタマジラミについて

アタマジラミの検査を毎年学校で行っていましたが、今年はプールがないことやコロナ禍での検査による感染防止のため、学校では実施せず、家庭での確認を必ずお願いします。なお、アタマジラミは不潔だから感染したものではありません。頭同士を近づけたり、頭をさわるもの(帽子・タオルなど)での接触などを通して感染します。

もし、ご家庭でアタマジラミの卵を見つけた場合は、病院や薬局で相談し、駆虫してください。また、学校にも連絡をください。(アタマジラミの卵は襟足や耳の付け根などによくついており、フケとは違って、指ですいでも、簡単には取れないのが特徴です。) お願いいたします。



### ○スクールカウンセラーの相談日について

6月の相談日は、15日(火) 9時30分～16時ですが、全て予約済みでキャンセル待ちです。なお、7月は6日(火) 9時30分～12時30分までです。

## めざせパーフェクト! 歯・口のクイズ

Q1 歯の表面と鉄は、どちらがかたい?

- A: 歯の表面 B: 鉄
- C: どちらも同じくらい

Q2 むし歯はすすんでも歯みがきでなおせる?

- A: なおせる
- B: なおせることもある
- C: なおせない



Q3 にゅう歯のむし歯はほうっておいても平気?

- A: はえかわるから平気
- B: どちらでもよい
- C: なおさないとダメ



Q4 むし歯になりやすい歯は?

- A: 前歯 B: 奥歯
- C: どの歯も変わらない

Q5 だ液がたくさん出る人はむし歯になりにくい?

- A: なりにくい B: なりやすい
- C: だ液とむし歯は関係ない

Q6 にゅう歯とえいきゅう歯はどちらがじょうぶ?

- A: にゅう歯 B: えいきゅう歯
- C: どちらも同じくらい



Q7 すべてえいきゅう歯にはえかわると、歯の数は?

- A: へる B: ふえる
- C: 変わらない



Q8 わたしたちの歯は一生で何回はえかわる?

- A: 1回 B: 2回 C: 3回

Q9 だ液が多く出るのはいつ?

- A: 眠っているとき
- B: 起きているとき
- C: いつも変わらない

Q10 正しい歯ブラシの動かし方(歯のみがき方)は?

- A: 好きな方法でよい
- B: 力を入れて大きく C: 軽くこきざみに



(こたえ) Q1...A Q2...C Q3...C Q4...B Q5...A Q6...B Q7...B  
Q8...A Q9...B Q10...C