



桜谷小
保健室
R1. 6. 4

6月4日～6月10日は、「歯と口のけんこう週間」です。これは、全国の歯医者さんが、歯と口は、国民が健康に生きていく力を支えるもので、むしばや歯肉炎などの予防をして、歯と口の健康を守って生きていきましょう、という願いで週間がつけられました。

いつまでも ^{つづ} 続くけんこう ^は 歯の ^{ちから} 力

今年のキャッチフレーズは、「いつまでも 続くけんこう 歯の力」です。

わたしたちは、いつまでも「けんこうなからだ」で生きたいと願っています。

むしばがあつたり、はぐきがはれたりすると、おいしいものが食べることができません。食べられないとからだに栄養が入らないので成長できません。おともだちと楽しく遊ぶこともできません。しっかりとかめるげんきな歯であり続けたいです。

歯は「けんこうなからだ」をつくる土台、小学生のうちから歯を大切にする気持ちをもって予防することが、一生のたからものになります。

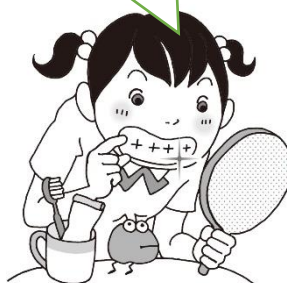
これを機会に、自分の歯と口の中の様子、毎日のはみがきのようすをふりかえてみましょう。

はみがき3つのチェック

^{じょうたい}
歯ブラシの状 態は？



^{のこ}
みがき残しは？



^{いた}
痛い？

^{しゅっけつ}
出血は？



は くち けんこうしんだん 歯と口の健康診断～6日(木)



けんこうな歯にぞだてよう！

いよいよ歯と口の健康診断が近づいてきました。ドキドキハラハラするのは先生たちだけでしょうか。

学校の歯いしゃさんをしていただいている中川先生には、歯みがきのようす、歯と歯ぐきのようす、歯ならび、かみあわせについてみてください。「歯いしゃさんからほめられる歯になろう！」とコマーシャルにあるように、「きれいな歯だね～」「うまくみがけているよ～」とほめてもらえるとうれしくなります。今年は、きれいな歯で、むしばもない「すてきな歯だったで賞」にかがやくのは、だれでしょう。

けんさのまえに 口の中をたんけんしておこう

あてはまるものに、○をしましょう。

❖むしばは→ない ある なおした

❖歯ぐきは→けんこう はれている

❖歯みがきは→きれい よごれている

❖歯はぜんぶで()本、はえています！



★歯医者さんにみてもらう前にすることは？

歯医者さんに行くときは、その前に歯みがきをしてから行きます。学校でも同じです。当日の朝はかならず歯みがきをして登校してください。食べかすやしこうがべっとりついて、歯みがきができていない人は学校でみがいてもらいます。

★おうちのみなさんへ

4月から健康診断を行ってきました。その結果、受診が必要と思われる場合は、「受診のお知らせ」を渡しています。早めに診察を受けていただきますようお願いいたします。なお、学校の健康診断は「スクリーニング」といって疑わしいと思われる人を選び出すものです。そのため、受診の結果「異常なし」と診断されることもあります。その点もご理解くださいますようお願いいたします。