

けんこういちばん



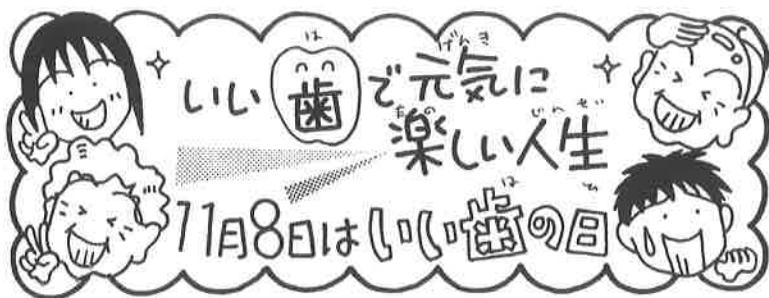
令和3年11月 8日

NO. 18

東江小学校保健室

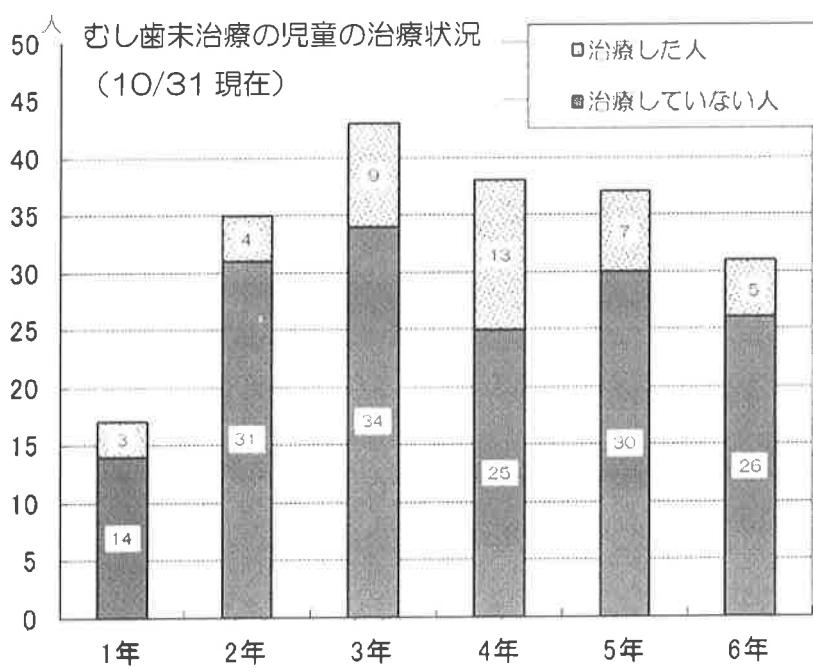
「むし歯治療 強化月間！」

11/1 ~ 11/30



11月8日は何の日か知っていますか。11月8日は「いい歯の日」です。「いい歯」とは、どんな歯のことでしょうか？「むし歯がない、きれいな歯」であることはもちろんですが、そのほかに、「歯茎が健康」で「かたい物もよくかんで食べることができる、じょうぶな歯」でなければいけません。

一学期の健康診断で、むし歯のある児童が201人いました。保健室から治療を勧めるお手紙をだしましたが、治療がすんだ児童は41名で、まだ治療していない児童が160人もいます。



乳歯のむし歯を治療せずに放置している児童が自立ちますが、永久歯に悪い影響を与える場合もありますので、受診しましょう。高学年では永久歯のむし歯が多くなっていますが、受診した人はわずかです。むし歯は自然に治ることはできません。放っておくとどんどん悪くなります。また、歯周病などの原因になりますので、早めに治療しましょう。



★保護者のみなさまへ ~寝る前の歯みがきを徹底させましょう！~

歯にかなり歯垢が付着している児童が多く、普段の歯みがきの様子が気になっています。“ずっと歯をみがいていないだろうなあ…”と思われるほど汚れていたり、中には口臭が気になる事もあります。普段マスクをしていて気が付きにくいので、お子様の口の中の様子をチェックしてください。

学校では給食後に歯みがきタイムがありますが、ご家庭でも食後に歯みがきをしていますか？永久歯に生え変わったばかりの歯はむし歯になりやすいです。またせっかく治療しても、再度むし歯になってしまう児童も多いです。特に、寝る前はしっかり磨く習慣を身につけましょう。

**未治療の児童（永久歯のむし歯がある児童）へ、再度受診勧告のお手紙を配布します。
早めに受診して下さい。**

心と身体をリフレッシュ！

あなたの秋はどんな秋？

厳しい残暑もようやく峠を越えたようで、朝晩は涼しくて“秋”的気配を感じます。「スポーツの秋」「芸術の秋」「読書の秋」と、何をするにも快適でよい季節です。また、「食欲の秋」でいろいろな食べ物がおいしくいただける季節でもありますね。夏の暑さで疲れた心と身体をリフレッシュして、それぞれの秋を楽しんでください。

でも、日によっては汗ばむくらいの暑くなったり、気温の差が大きくなることがあります。こんな季節の変わり目は、ちょっと油断するとカゼをひきやすくなるので要注意。

- ★ 気温に合わせた服を着る。
- ★ 睡眠・栄養を十分にとる。
- ★ 外から帰ったら、うがい・手洗いをする。

などを心がけて、健康に楽しくすごしましょう！

★ 「面倒くさい！」なんて
いわないで、脱いだり
着たりできる服を準備
しましょう！

衣替えの季節です！



引き続き感染防止にご協力下さい

コロナウィルス感染症の流行もおさまってきて、以前の生活にもどりつつあります
が……学校の集団生活のなかでは、まだ感染のリスクが高いです。
引き続き感染防止にご協力おねがいいたします。

★朝の健康観察

「きのうの健康観察シート」に記入して下さい。

※児童の兄弟姉妹など、同居する方が体調不良の場合は自宅待機、という措置も引き続き
お願いいたします。

★マスク着用

みんな気を付けてマスク着用して下さい。

※教室ではマスク着用となっています。汚れたり無くしたりする事もあるので、予備の
マスクも何枚か準備しましょう。

★油断禁物！感染防止対策を。

※人混みの多い場所、外食、同居者以外の方との会食、塾や部活動など、感染リスクのある場面では感染防止対策をしっかりと行って下さい。