

ほけんだより



令和5年6月19日
練馬区立豊玉第二小学校
校長 坪倉 一雄
養護教諭 齋藤 裕子

梅雨の季節です。この時期は、蒸し暑かったり急に寒くなったりと、気温の変化がはげしいので、体調をくずさないように気をつけましょう。

6月に入り、学校では感染性胃腸炎・インフルエンザ・マイコプラズマ肺炎・手足口病・ヘルパンギーナ等の感染症が報告されています。学校感染症にかかった場合には、登校する時に「登校届」が必要になります。学校のホームページのトップページにありますので、ダウンロードしてお使いください。

<6月の保健目標> 歯を大切にしよう



6月4日～10日は、歯と口の健康週間です。学校でも、6月20日と22日に歯と口の健康に関する取り組みをします。

①はみがき教室(2年生)→6月20日(火)

2-2・コスモス2年生→2時間目 2-1→3時間目

※歯科健診を欠席した児童の健診を中休みに、ひろば室で行います。

②歯科健診でむし歯がなかった児童、むし歯を治療した児童に、よい歯のバッチを配布します。治療が終わった人は、歯科受診報告書の提出をお願いします

③歯科朝会→6月22日(木)に児童集会として、保健美化委員会の発表があります。

食中毒に気をつけて!

感染性胃腸炎・ノロウイルスが流行っています。主な症状は、吐き気・おう吐・下痢や腹痛・頭痛・発熱などです。ノロウイルスは、ウイルス性食中毒の一種です。

食中毒の原因は「細菌」と「ウイルス」



今回の歯科健診を終えて、歯科校医の吉野先生からお話を聞きました。

1. 隣り合った奥歯の接している部分で直視できないところが、見る角度によっては少しグレーっぽく見える生徒が何人かいました。これはその部分が虫歯になっているかもしれないということを意味しています。
2. 歯の周囲すなわち歯と歯ぐきの境目の部分が磨けてなく、歯垢がついている生徒が多かったと思います。このことは、虫歯になるリスクが高くなることはもちろんですが、将来歯周病になることを意味しています。
3. 歯科医院で虫歯の治療をした歯でも再度虫歯になっているように見える歯が見られました。1度治療をしても安心しないようにしましょう。

全体的には、今までと同様におし歯は少ない傾向でした。ただ、虫歯や歯周病になってからでは遅いので歯磨きは丁寧にしてください。特に寝る前には糸ようじ等のフロスを使いきちんと食べかすをとってください。歯磨きは、「どこを磨くか」が一番重要です。できれば歯科医院でチェックしてもらってください。

ミュータンス菌がつくる酸で



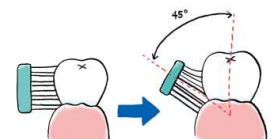
むし歯ができる

歯と歯肉のさかい目も



みがき残しやすいところ

歯と歯肉のさかい目には



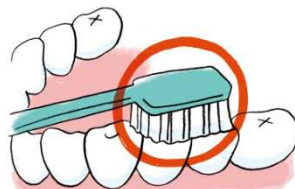
歯ブラシをななめにあてる

歯並びがでこぼこしたところも



みがき残しが多い

奥歯のかみ合わせ部分には



軽い力で毛先をあてる

歯石は



歯みがきではとれない

お知らせ

1学期の健康診断が、ほぼ終了しました。健診関係のアンケート等御提出・御協力ありがとうございます。健康カードを配布します。該当学年の所にサインをして、学校までお戻しください。よろしくお願いいたします。

