



令和6年5月30日
碧南市立大浜小学校
保健室

だんだんと暑い日が増えてきて、夏が近づいていることを感じますね。6月は雨の日が増え、元気が出ないことも増えるかもしれません。天気に関係なく、「はやね・はやおき・あさごはん」を合言葉に元気に過ごしましょう。また、水分補給も忘れずにしましょう。



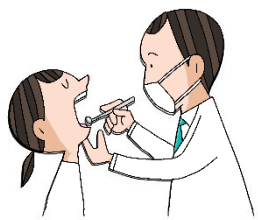
6月の保健安全目標

歯と歯ぐきを大切にしよう！



歯科検診

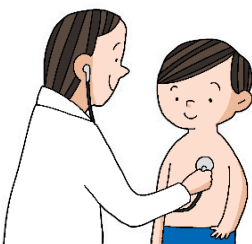
むし歯や歯肉炎がないかを調べます。また、歯並びやあごの状態、歯みがきがきちんとできているかも調べます。



6/5...1, 3, 5年生, 5~9組
6/13...2, 4年生
6/14...6年生

内科検診

心臓や肺に病気が異常がないかを調べます。また、栄養状態や脊柱そくわん症になっていないかについても調べます。



6/7...6年生

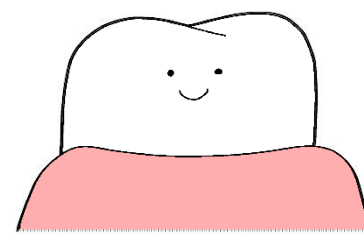
血液検査 5/31...4年生の希望者

成長を妨げるような貧血などの状態が潜んでいないかを調べます。

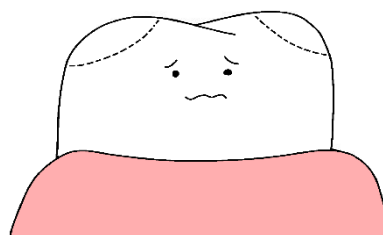
検査は空腹状態で行います。朝ごはんは食わずに登校してください。また、軽食（ごはんやパンなど）とお茶を持たせてください。検査前日までに、血液検査に関するお便りを配布します。



歯医者さんの暗号を読み解こう！



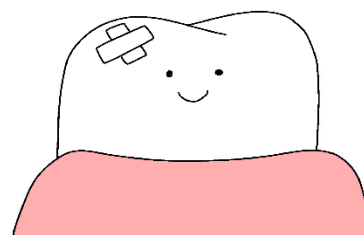
健康な歯→「/」(しゃ線)



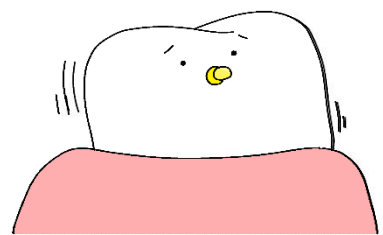
むし歯になりかけている歯→「CO」(シーオー)



むし歯の歯→「C」(シー)



きちんと治りようした歯→「O」(まる)



注意が必要な乳歯→「X」(バツ)

歯の様子とは別に、歯ぐきが、赤くはれていたり、軽い出血があったりする場合は「GO (ジーオー)」と呼ばれる状態で、歯みがきや生活習慣を見直す必要があります。

むし歯・歯肉炎を予防するポイント



毎日みがき残しのないように歯をみがく



ダラダラとあまいものを食べない



歯ごたえのあるものをよくかんで食べる



栄養バランスのとれた食事を規則正しく食べる



定期的に歯医者さんでみてもらう (歯みがきの仕方など)

ほかにも
・規則正しい生活をする
・自分に合った歯ブラシを使う
など

★健康診断時に欠席をして、未受診の項目がある方へ★
自覚症状が続く場合は病院での受診をお勧めします。なお、異常がない場合の学校への連絡は不要です。