

けんこうわんだふる

2018年6月1日
松戸市立梨香台小学校
保健室



6月の保健目標

- ・ 歯を大切にしよう
- ・ 梅雨時の健康に注意しよう

6月4日（月）～10日（日）は、歯と口の健康週間

～のばそうよ 健康寿命 歯みがきで～



6月の健康診断日程

	日程	対象
眼科検診	6月4日（月）	1, 4年、6くみ
尿検査二次、残り一次	6月12日（火）	一次未提出者 二次対象者
内科検診	6月20日（水）	3, 4年生、6くみ
	6月21日（木）	5, 6年生
スコリオ（モアレ）検診	6月29日（金）	5年生

6月26（火）に歯みがき指導があります。

日本大学の学生さんによる歯みがき指導が全学年で行われます。持ち物は以下のものになります。別紙で詳しくお伝えしますが、忘れ物がないよう、ご準備をよろしくお願い致します。

- ・ 歯ブラシ
- ・ コップ
- ・ 手鏡
- ・ フェイスタオル（服が汚れないように首元に巻きます）
- ・ 洗濯バサミ（1個）
- ・ うがい用の水（ペットボトル or 水筒に入れておく）
- ・ うがい吐き出し用の紙コップ（1個）
- ・ 赤鉛筆、鉛筆



歯の寿命って知っていますか？

歯は、大切にケアをすれば一生使い続けることができますが、残念ながら体の寿命より早くぬけてしまう場合がおおいのです。

歯の寿命は約50～65年。

中でも奥歯はいちばんみじかく、前歯よりも10年以上も早くぬけてしまいます。日本人の平均寿命は男性が約80歳、女性が約86歳、体と歯の平均寿命をくらべると20年以上の差があります。

歯を失う原因のほとんどがむし歯と歯周病（歯ぐきの病気）です。奥歯は歯ブラシが届きにくく、よごれが残ってしまいがちです。

しっかり時間をかけて、ただしくみがけるようにしましょう。

保護者の皆様には、お子さんへの「仕上げはみがき」をおすすめします。本人が磨けているつもりでも磨けていない場合がほとんどです。最低でも小学校4年生まで、可能なら小学校6年生まで「仕上げはみがき」は必要です。ぜひ、時間をみつけて実践してみてください。

歯の治療は済みますか？



歯科検診の結果、治療が必要な児童には、治療勧告書を配付しております。

昨年度は、治療率が伸びず、約60%でした。今年度は、目標である80%を超えられるよう取り組んでいきたいと思っております。

お子さんの歯の寿命を守るためにも、お便りを受け取った方は、必ず歯科医院を受診していただきますようお願い致します。

～まちがいさがし～

まちがいは、7つ！！
こたえは、保健室前にあります。

