

# すくすく6月



流山市立八木北小学校 ほけんしつ

平成29年6月

6月は梅雨の季節。ジメジメした天気の日が多く、体の調子をくずしがちです。気温も湿度も高いので、ばい菌も増えやすくなっています。衛生面には特に気をつけてすごしましょう。

**目標**

**6月の保健**

**行事**

- ・きちんと歯をみがき大切な歯を守ろう
- ・梅雨時の健康や安全に注意しよう

- 23日(金) 尿検査2次(対象者)
- ・内科・運動器・結核検診
- 21日(水) (なのはな・1年生・2の1)
- 29日(水) (2の3・3年生)
- 30日(木) (4.5.6年生)



## 「給食の後も歯みがきをしよう!」

◎「給食の後、歯みがきをしてもいいの?」

こんな質問を何人かから、受けました。

「もちろんです!」

歯ブラシを持ってきて、給食後の歯みがきを毎日しましょう。

食後の歯みがきを習慣化しましょう。歯みがきは、むし歯や歯周病の予防+エチケットです!



★ナフキンの袋に一緒に入れるか、歯みがき用のポーチなどを用意してね!

## 流山市小中学校健歯優良児コンクールに八木北小の代表で参加しました!

6の1 松本莉央さん・6の3 和田悠斗さん

小学校女子の部で2席(2位)でした! すていね!おめでとう!

「歯も歯肉も健康で歯並びがきれい」ということで代表に選ばれたお友だちです。

## 歯科健診の結果(669人中)

- ★むし歯・・・96人(14.3%)
- ★相談が必要なCO・・・6人(0.9%)
- ☆CO(要観察歯)・・・146人(21.8%)
- ★歯肉炎・・・7人(1.0%)
- ☆GO(歯肉要観察)・・・157人(23.5%)
- ★歯垢(要精密検査)・・・5人(0.7%)
- ☆歯垢(要観察)・・・160人(23.9%)
- ★印の人は早く歯医者さんに行きましょう
- ☆印の人は丁寧な歯みがきを心がけましょう



## 健歯の人

343人 (51.3%)

全部の歯が健康なヒカヒカの歯の人です。

これからもていねいな歯みがきで、大切な歯を守りましょう。

## 八木北小は、優秀です!

去年も、たくさんの方が歯科健診で「歯医者さんに行きましょう」のお手紙をもらいましたが、ほとんど(90%以上)の人がきちんと歯医者さんに行きました。今年は、全員が行けるといいね!

- 1年生:83人(68.6%)
- 2年生:55人(51.9%)
- 3年生:36人(35.0%)
- 4年生:46人(40.7%)
- 5年生:63人(50.8%)
- 6年生:60人(58.8%)

すていね!こんなにたくさんいるよ!

# 楽しいプールが始まったよ!

楽しく安全にプールに入るために、きまりをしっかり守りましょう



## プールでのきまり

先生の話をよく聞いて、事故に遭わないように気をつけましょう!

<p>●準備運動をしっかりやる</p>	<p>●シャワーで体をよく洗う</p>	<p>●ぶざけない</p>
<p>●飛び込まない</p>	<p>●プールサイドを走らない</p>	<p>●泳いだ後はよく目を洗う</p>

## こんなとき、どうする?

### ①おしっこが出そう!

水の中になると、冷えておしっこが近くなる場合があります。そんなとき、どうする? プールの中でしちゃえ!と思っている人いませんか? ★ダメダメ!必ずトイレに行きましょう。

### ②イタタ...足がつつちゃった!

そのまま水の中にいると、おぼれてしまいます。すぐにプールサイドに上がりましょう。

★つった足を手でつかんで足をそろすようにしてひっぱります。そのあと、軽くマッサージをしてあたためましょう。



## 保護者の方へ

八木北小は、健歯の児童が51.3%と、2人に1人はむし歯になったり治したことが1度もない、健康な歯を保っています。すばらしいですね。しかし残念なことに、はみがききちんとできていない子が多く、歯肉炎になっていたり、なりかけている子が24.5%と、4人に1人が歯肉に問題があります。せっかく健康な歯を持っているながら歯肉炎になってしまっは、将来、入れ歯やインプラントに頼ることになりかねません。小学生は、まだまだ保護者の方のチェックが必要です。食後の歯みがきを言われなくても自分で意識してできるようになるまで、毎日言い続けてください。また、できるだけ毎日、1日の最後にはスキンシップもかねて歯みがきチェックをしてもらえたらと思います。健康は歯から始まります。生涯、おいしく食べて健康ですごせるよう、ていねいな歯みがきの習慣をつけましょう。