



令和3年6月8日
白嶺小中学校 保健室

あじさいの花がきれいな季節になりました。梅雨の間は、天気によって気温の変化が大きいので、肌寒く感じる日は、上着をもってくるなど工夫して、自分で体調管理をしましょう。

6月4日～10日は歯と口の健康週間！

「歯と口の健康週間」とは…

歯や口について知り、むし歯や歯周病にならないよう予防することや早めに発見・治療することで、歯と健康を一生大切にしようという健康週間です。みなさんもこのほけんだよりや保健室前の掲示、授業などで、自分の歯や口のことについて知り、大切にしましょう！

～歯科検診(5月18日実施)の結果より～



むし歯があった人：④2人、⑤1人

むし歯になりそうな人(CO)：④1人、⑤2人

歯垢がついている人：④11人、⑤15人

歯肉炎になりそうな人：④11人、⑤15人

むし歯をなおしてある人：④23人、⑤11人

むし歯が1本もない人：④13人、⑤14人

歯科検診の結果を全員にお知らせしました。

むし歯の人はほとんどいませんでした！しかし、歯垢がついている人や歯肉炎になりかけている人が多かったです。

※歯垢：歯の汚れ、細菌のかたまり

歯垢をそのままほうっておくと、歯肉炎が悪化したり、むし歯へと進行したりしてしまいます。

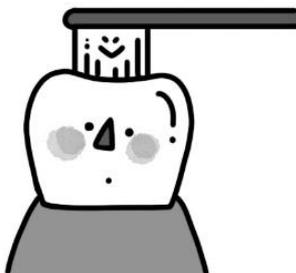
自分の歯の健康はどうか？むし歯や歯肉炎を予防するためには、やはり歯みがきが大切です。給食後に歯みがきをしていますか？おうちでは、とくに夜の歯みがきをがんばりましょう。むし歯は夜にできやすいからです。

えらいです。このちょうしで
むし歯にならないようにしてね



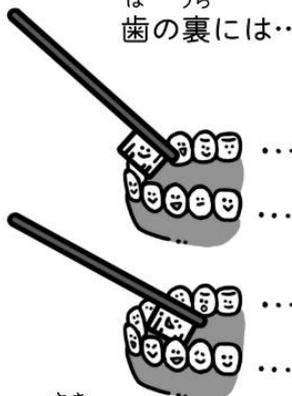
歯ブラシのさまざまな部分でみがこう

あぶぶん
かみ合わせの部分には…



けさき ぜんたい
毛先の全体をあてる！

はうら
歯の裏には…



さき
「つま先」や「かかと」をあてる！

はしにくめ
歯と歯肉のさかい目には…



けさき
毛先をななめにあてる！

6月16日(水) 耳鼻科検診があります！(全学年)

耳鼻咽喉科検診 ・耳、鼻、のどの病気がないか調べる

検査のポイント

- ・ 右耳を校医の先生に向け、次は左耳、正面を向いて鼻をみてもらい、最後にのどを調べます。
- ・ 一度にたくさんの箇所を見るので、前の人の検査の様子を見て素早くまねしよう。

髪の毛が耳にかからないように、耳の後ろでとめたり、結んだりしよう。

中耳炎、外耳炎などの症状がないか



耳鏡
鼻鏡



アレルギー性鼻炎などの症状がないか



舌圧子

保護者の方へ



検診結果の配付 と 水泳学習について

内科検診・眼科検診・歯科検診の結果を配付しました。内科・眼科は、受診が必要な方や経過観察が必要な方におたよりを配付しています。また、歯科は全員に配付しています。お忙しい時期かと存じますが、お早めに受診のほどお願いいたします。受診の際は、学校からの検診結果用紙をお持ちになり、その結果を学校までご提出ください。

また、今月から水泳学習が始まります。水泳学習を安全に行うため、目・耳・鼻・皮膚などの疾患で治療中の人や、来週の耳鼻科検診で受診を勧められた人は、早めに主治医の先生に相談されることをお勧めします。

プールに入っていいの？

とびひ

治るまで入れません。プールの水でうつることはありませんが、他の人と触れると悪化したり、うつすことがあるためです。

疥癬

治療を始めていればプールに入れます（ただ角化型疥癬は感染力が強いので外出を控えます）。



皮膚の病気編

アタマジラミ

治療を始めていればプールに入れます。でもタオルや水泳帽の貸し借りはやめましょう。

水いぼ

プールの水ではうつらないので、入ってもいいです。でもタオルやビート板を一緒に使うとうつることがあるので注意しましょう。プールの後はシャワーできれいにしましょう。



保護者の方へ