

朝晩はしっかりと冷え込み、1日の中での気温差が激しいですね。秋から冬にかけて、風邪やインフルエンザ・新型コロナウイルス等の感染症が流行する季節です。引き続き、手洗い・換気・咳エチケット等の感染対策を行っていきましょう。そして、11月18日に行われる瀬領祭に向けて、元気いっぱい盛り上げていきましょう。



11月の保健目標 歯みがきを丁寧にしよう！

11月は「歯みがき強化月間」です。給食の後に、みんなの歯みがきの様子をチェックしにいきます！歯は一生使う大切なものです。毎日、がんばって歯みがきをしていると思いますが、日頃の歯みがきを振り返り、磨き残しがないように頑張りましょうね！

いい歯の日
11/8 いい歯の日



歯のおはなし



歯みがきコップの汚れ

歯みがき用のコップは、水を入れているだけなのであまり汚れていないように思われがちですが、底やまわりには意外と汚れがついているものです。きれいに歯を磨いても、汚れたコップの水ですすいでは本末転倒。

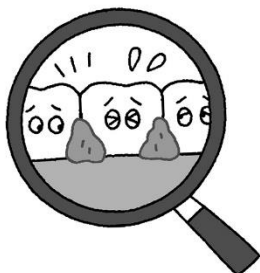
コップの汚れを防ぐには、使用後に毎回洗い、底に水がたまらないようにしっかりと乾燥させることが大切です。

動物の歯の違い

哺乳類の多くは、一生で一度だけ生え替わる「二生歯性」ですが、ウサギのように一度も生え替わらない一生歯性もあります。サメのように何度も生え替わる多生歯性の動物もあります。ヒトは、サメのように何度も生えてこないため、永久歯を失うと二度と生えてくることはありません。毎日の歯みがきを丁寧にやって、1本1本を大切にしましょう。



歯肉炎予防！きれいで健康的な歯肉をキープ



歯肉炎の原因は、歯と歯肉の境目にたまった歯垢



健康的な歯肉は薄いピンクで引き締まっている。歯肉炎の歯肉は赤く腫れてブヨブヨ



丁寧なブラッシングを続けることで改善できる

医療的ケアアドバイザー巡回事業

10月19日には小松市民病院・小児科担当医師が来校されました。呼吸状態が不安定なときはパルスオキシメーターで常に状態を観察し、必要なタイミングで適切なケアが実施できるよう、学校看護師と教員間で連携を強めていくことの大切さについてお話しされていました。また、緊急時に備えて酸素ポンペを準備しておくことの重要性についてもご助言をいただきました。



また、10月23日には石川県口腔保健医療センターの医師が来校されました。一人一人の歯磨きの様子を見ていただき、アドバイスをしてくださいました。奥歯は虫歯になりやすいこと、うがいのできない子は唇と歯茎の間にもものが溜まりやすかったり、舌にも舌苔がつきやすくなったりするということを教えてくださいました。また、誤嚥したときの細菌の量を減らすという目的でも口腔ケアは重要であるということも教えてくださいました。



<今月のまちがいさがし>

2枚の絵を見比べて

7つの **ち・が・い** をさがそう！！



こたえ...左の女の子のスポット/左の女の子の髪飾り/左上のハンドソープのイラスト/ボスターの左上のチーフ/ボスターのびん/ライオン/男の子の目/右の女の子の服のひも