

歯ほけんだより7月

令和6年7月8日
館野小学校保健室

6月は歯のけんこうについて学習しました。その中で、1・3・5年生の内容を一部紹介します。



1年生は第一大きゆうしについて話を聞き、第一大きゆうしを自分で磨いてみました。第一大きゆうしとは、低学年くらいに生えてくる大人の歯です。奥から少しずつ生えてくるので、歯ブラシが当たりにくく磨きにくい歯です。また、生えたての大人の歯はむし歯になりやすいため、第一大きゆうしは特にむし歯になりやすいという話をしました。話を聞いたあとに自分の歯ブラシで鏡を見ながら第一大きゆうしを磨いてみました。まとめでは、第一大きゆうしを守るために「かがみをみながらみがくこと」「じかんをかけてみがくこと」の自分のめあてを決めました。大切な大人の歯を守っていきましょうね。



3年生は教育実習生が入って、担任の先生と一緒に授業をしました。「どうしたらむし歯にならないかな？」というテーマでむし歯にならないおやつを食べ方について勉強しました。むし歯の原因である、糖・ミュータンス菌・歯の強さ・時間についてクラスの友達と話し合ったり、たくさん発表したりするなど、元気に授業を受けていました。最後は一人ひとり「むし歯にならないために気をつけたこと」について書きました。だらだら食べをすると歯に甘いものが接する時間が長くなり、むし歯になりやすくなります。3年生以外の館野小のみなさんもおやつの食べ方に気をつけましょうね。





5年生は「全国小学生歯みがき大会」に参加しました。歯と口の健康について、動画を見ながら歯肉炎や歯垢などについて詳しく学びました。歯肉炎とは、歯ぐきの色が赤くなることや、形が丸くて厚くなること、ブヨブヨとやわらかくなること、出血しやすくなることです。軽い歯肉炎だと歯を磨いて歯垢を落とすことで、一週間もあれば自分で健康な歯ぐきに戻せます。歯垢は細菌のかたまりであることも勉強しました。また、歯の磨き方やデンタルフロスの使い方について、実践しながら楽しく学ぶことができました。5年生以外の館野小のみなさんも時間があるときに、歯ぐきの色・形・硬さ・出血のチェックをしてみてくださいね。

～保健室前の掲示物の紹介～

6月に実習に来ていた平野さんが、保健室前の掲示板の掲示物を作ってくれました。もう見た人もいると思いますが、まだ見てないよ！という人は夏休みに入る前に見に来てくださいね。



★定期健康診断結果について(おうちの方へ)

春の定期健康診断が終わりました。健康診断結果を配布しましたので、お子さんと一緒にご覧ください。各健診で医療機関への受診をおすすめするお子さんには、すでにお知らせを出してあります。お知らせ用紙を受け取られている方は医療機関を受診し、その結果を記入してもらい、学校まで提出してください。その用紙は学校の記録に転記した後、お返しします。よろしくお願いいたします。

※1年生対象に行った心臓検診についてですが、結果がまだ届いていないため、届き次第お知らせします。