

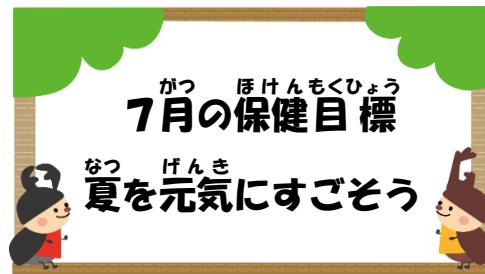
スマイル

珠洲市立蛸島小学校

2025. 7. 1



いよいよ夏本番。楽しみな夏休みもうすぐやってきますね！今年もかなり暑さが厳しくなりそうなので、規則正しい生活や水分補給を意識しながら、体調に気を付けてごしましょう。楽しい思い出いっぱいの夏にしてくださいね♪



7月の保健行事
4日(金)は歯と口の健康についての授業
4日(金)、9日(水)SCと心の勉強
9日(水)個別歯みがき教室(対象者)
ここでのサポート授業

歯科健診の結果

	1・2年	3・4年	5・6年	合計
むし歯なし	4人	5人	8人	17人
むし歯治療済み	0人	1人	0人	1人
むし歯あり	3人	4人	0人	7人



むし歯疑いなどで受診が必要な人には、結果のおしらせを配付しました。(もらっていない人はむし歯疑いなど無ないです。)おしらせをもらった人は、早めに歯医者さんに行きましょう！

「乳歯のむし歯」って、どうせ抜けるし治さなくていいよね？

…そんな言葉もよく耳にしますが、乳歯のむし歯をそのままにしていると、永久歯がむし歯になりやすくなったり、今後の歯並びに影響してしまったり、様々なリスクがあります。早めの対処がおすすめです！



「要注意乳歯」ってなに？

生え変わりが近づいてぐらつきなどがあり、注意が必要な乳歯のことを「要注意乳歯」と言います。下記のようなリスクが考えられるので、歯医者さんへの相談をおすすめします。

- ・歯並びが悪くなる
- ・むし歯になりやすい

- ・歯茎がはれたり痛くなったりする
- ・かみ合わせが悪くなる



今年も注意！夏に多い感染症

ここに挙げたのは、夏に子ども達の間で流行しやすい病気です。7月は毎年、これらの病気への感染が急激に増えます。

手足口病



口の中、手のひら、指、足の裏に水疱がみられる。

咽頭結膜熱(ブルーネット)



38～39度の発熱、頭痛、のどの痛み、目の充血などがみられる。

ヘルパンギー



38～40度の発熱、のどの痛み、食欲不振、口の中の水疱がみられる。

こんな症状が見られたら、まずは病院を受診してください。
こまめな水分補給も大切です！

百日咳



また今年は、石川県内での「百日咳」の感染者数が、普段の年よりも多いそうです。それぞれの症状を知った上で、規則正しい生活や手あらいなどを心がけ、予防しましょう。また、すずしい室内ではマスクを着用するなど、咳エチケットも意識しましょう！

蛸島生活リズムクエスト

最終日です！

健康的な生活でモンスターを倒す、「蛸島生活リズムクエスト」は7月1日が最終日です。苦手な人が多い、早起きのコツを改めて紹介します。今後、再びモンスターが現れたときには、「もう簡単にたおせます！」と言えるような勇者を目指して、日頃からきたえておこう！

はやあきのコツ

- 朝に太陽の光をあびよう
- 朝ごはんをたべよう



- ねる1時間前にはゲームなどをやめよう



「でんせつのゆうしゃ」をめざして、とてもよくがんばりましたね！



④夜ふかしをやめよう

