

すこやか

令和元年5月29日
 仙台市立幸町小学校
 ほけんだより
 ~No. 6~



しかけんしん し 歯科検診のお知らせ



じっぴ
実施日

5月30日(木) 9:00~

1・3・5年生, けやき

6月 6日(木) 9:00~

2・4・6年生, 5/30に欠席した児童

しかけんしん しら 歯科検診で調べること

- あごの関節や歯並び, 歯のかみ合わせはよいか



しかこうい
 歯科校医は
 こうけ てつやせんせい
 郷家 哲也先生です

- 乳歯や永久歯にむし歯やむし歯になりそうな歯はないか



C1



C2



C3



C4

- 歯に汚れがついていないか



- 歯ぐきの状態は, 歯肉炎などの病気になっていないか



* 歯ぐきが赤く腫れて, ぶよぶよになった状態です。放っておくと歯を支えている骨まで溶けてしましう歯周病という病気になってしまいます。

じぜん ねが 事前にお願したいこと



■ 検診当日は, 朝ごはんを食べた後に, 歯みがきをさせてください。

(低学年は仕上げ磨きもお願いいたします。)

■ 歯科検診時に歯みがき指導を個別に行います。

歯ブラシとコップ(プラスチック製のもの)を登校する際に持たせてください。










ばよぼう せいかつしゅうかん
むし歯予防のための生活習慣チェック



あなたの歯みがき習慣はどうですか？ 歯科検診の前に、下の「1」～「8」の生活習慣を振り返ってみましょう。「はい」の数が少ない人ほど、むし歯になりやすい人です。しかし、みなさんはまだ間に合います！ 生活を見直して、歯と口をいつまでもきれいに保てるよう心がけましょう。

 <p>1 食後に歯みがきをしてきている (はい・いいえ)</p>	 <p>2 鏡を見ながら歯をみがいている (はい・いいえ)</p>	 <p>3 定期的に歯医者さんに行っている (はい・いいえ)</p>	 <p>4 歯と歯の間や歯の裏がわもみがいている (はい・いいえ)</p>
 <p>5 好き嫌いしないで何でも食べる (はい・いいえ)</p>	 <p>6 ごはんを食べるとき、20回以上かんでいる (はい・いいえ)</p>	 <p>7 おやつは時間と量を考えて食べている (はい・いいえ)</p>	 <p>8 ハフラシの毛先チェックをしている (はい・いいえ)</p>



「はい」の数はいくつでしたか？



4つ～7つ

よくできました！
 きれいな口と歯まで、
 もう少しです！



3つ以下

もう少しがんばろう！
 歯は、一生使うもの！
 もう一度、自分の生活を見直して、むし歯を防ごう



保護者の皆様へ

◆運動会の熱中症対策にご協力くださり、ありがとうございました◆

日曜日に行われた運動会は、予想以上の暑さでしたが、大きなけがや熱中症で搬送される児童はおりませんでした。これも、保護者の皆様や地域の皆様が熱中症対策をいただいたからだと思います。本当にありがとうございました。しかし、運動会の夜や翌日に頭痛や吐き気があったお子さんもおり、また、日焼けによる水ぶくれになったお子さんもいたようです。引き続き、お子さんの体調変化に留意していただくとともに、衣服の調節、水筒や汗ふきタオルの持参など、天候に応じた必要な対応をお願いいたします。