

すこやか

平成26年6月6日
高岡市立牧野小学校

6月の保健行事



6月12日（木）高岡市よい歯の児童生徒コンテスト

（6年山田隼也さん、林果音さんが学校代表として出席します。）

6月16日（月）救急救命講習会（教職員対象）

◆歯を大切にしよう



<歯科検診の結果>

歯科検診の結果、乳歯のむし歯保有者は、ほとんどが1～4年です。乳歯のむし歯だからといって、治療せずにいると、始めから永久歯がむし歯になった状態で生えてくる場合があります。乳歯のむし歯であっても放置するのはよくありません。

また、永久歯のむし歯は、奥歯に多く見られました。奥歯まで歯ブラシを届かせて、全ての歯を磨くようにしましょう。

むし歯やその他の異常が見つかったお子さんには、治療カードを渡しました。速やかに歯科医院での受診をお願いします。治療が終わったら、治療カードを学校に出してください。

6月4日～10日は
「歯と口の健康週間」

一生自分の歯で食べることができるよう、この機会に歯みがき習慣や食生活を見直してみましょう。



ボランティア隊「健康第一保健隊」も呼びかけています！

むし歯を予防する歯磨きの大切さを知ってもらおうと、ポスターを作り、各クラスに配りました。

また、6月4日～11日まで給食後の歯磨きチェックをして、クラス対抗歯磨き対決を実施中です。歯磨きをした人数を合計し、順位を決めます。全員歯を磨いたクラスには特別賞としてダイヤモンド賞を渡します。

むし歯 **66人** (全校の 15.3%)

★むし歯があった人の内訳は・・・

乳歯がむし歯 **50人**

永久歯がむし歯 **12人**

乳歯も永久歯もむし歯 **4人**

その他 **35人** (全校の 8.1%)

(要注意乳歯、歯肉炎など)

お知らせをもらったら早め



はみがきを



しっかりやろう！

健康第一保健隊

◆梅雨時の健康・安全

梅雨時は雨が多く、湿度が高くなり、蒸し暑い日もあります。健康で元気に過ごせるよう注意したいポイントを挙げておきます。

食中毒に注意 6月から9月は食中毒が増える時期です

- 食事の前やトイレの後には必ず石けんで手を洗う。
- 食品は、消費期限を確認し、なるべく早く食べる。

菌をつけない!	菌を増やさない!	加熱して菌をやっつける!
		
手や洗える食べものは、しっかり洗おう。	料理はすぐに食べて、残った分は冷蔵庫や冷凍庫に入れて保存。	しっかり加熱しよう。電子レンジを使うときは中まで火が通っているか確認を。調理器具も熱湯などで消毒しよう。

<保護者の方へのお願いです>

- ・感染症、食中毒の予防に、洗濯した清潔なハンカチを毎日持たせてください。
- ・爪が長い人は短く切ってください。爪が長いと、爪の中に汚れがたまり、不衛生です。
- ・水筒は毎日持ち帰り、よく洗って清潔にしてから使ってください。

★洗濯したハンカチ	★爪は短く	★水筒はよく洗って使用 (汚れが取れにくい中栓は塩素消毒)
		

寒暖の差に注意

- 蒸し暑い日もあれば肌寒い日もあるので衣服で調節する。
- 下着を着用する。下着には保温、汗の吸水効果がある。
- 蒸し暑い日は熱中症に気を付け、こまめに水分を取る。

★下着着用



★水分補給



裏面の「プール学習時の健康管理」を必ず読んでください。