

TOUGH

— タ フ —

～おうちの人と一緒に読みましょう～



6月に入りました。臨時休業期間が明け、子ども達が毎日学校に通えるようになってようやく1か月過ぎようとしています。新型コロナウイルス感染症予防をしながらの生活にも、ずいぶん慣れてきたように感じます。今後は蒸し暑い時期に入り、コロナウイルス感染のみならず、熱中症の心配も出てきます。「3密を避ける」「マスク着用」「手洗いの徹底」など「学校の新しい生活様式」を取り入れながら、健康に学校生活をしていきましょう。

『はみがきカレンダー』の取り組み、色はぬれていますか？

～むし歯や歯周病をなくすために～

6月4日(木)から『はみがきカレンダー』の取り組みがスタートしました。

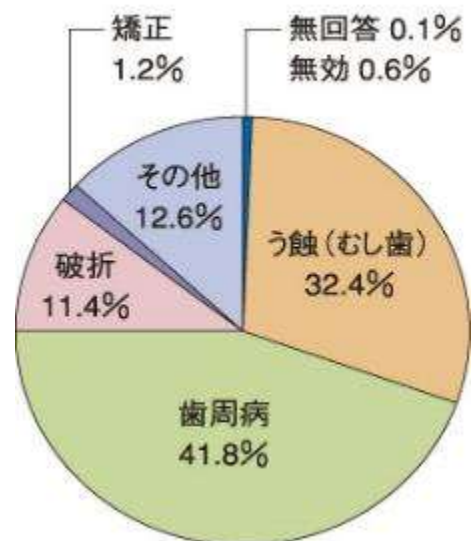
右の資料にあるように、歯を失う原因の多くは、「むし歯」「歯周病」です。でもそれは、「食後の正しい歯みがきや食生活を改善すれば予防できる！！」のです。カレンダーをきっかけに「食後の歯みがきの習慣化」をはかり、むし歯・歯周病の予防につなげてほしいと思います。また、今回夜の歯みがきについては、「3分以上」をめあてにしています。むし歯は就寝中に作られやすいものです。時間をかけて磨くことで歯垢も減ります。

現代は医療が進歩し、寿命は、男性が80.98年、女性が87.14年（出典：厚生労働省「平成28年簡易生命表の概況」）と超高齢化社会の時代です。子ども達が将来、健康に生きていくために、歯と口の健康はとても重要なものです。

歯みがきカードは**6月11日(木)に提出**です。**子どもたちの感想やおうちの方からのコメントの記入**をお願いします（1年生は、おうちの方がご記入ください）。



■歯を失う原因



6月の保健目標

歯を大切にしよう



☆「**歯と口の健康診断結果のお知らせ**」で
歯科受診の必要な場合は、**早めの受診**をお願いします。

6月のほけん行事

4日(木)	はみがきカレンダー開始 学童歯みがき大会(6年)
5日(金)	心臓二次検診(該当者)
9日(火)	歯みがき指導(1年)
10日(水)	歯科検診(1~3年)
11日(木)	歯みがき指導(2年)
	はみがきカレンダー提出
12日(金)	歯みがき指導(3年)
15日(月)	歯みがき指導(4年)
17日(水)	歯みがき指導(5年)
18日(木)	歯みがき指導(たんぽぽ)

目指せ! 歯治療率100%

*「歯みがき指導」は、歯垢を赤く染め、日頃の歯みがきができているかどうか確認したり、正しい歯みがき方を学習したりします。指導日の準備物は下記のとおりです。準備をよろしくお願ひします。

<歯みがき指導の準備物>

歯ブラシ、コップ、タオル(首に巻けるもの)、赤鉛筆、汚れてもいい服

歯科検診

<日時・学年> 6月10日(水) 14:00~ 1・2・3年生

6月17日(水) 14:00~ 4・5・6年生

<学校歯科医> 稲田歯科医院 稲田 浩一 先生

<おねがい> 歯みがきをていねいにしましょう。特に**歯と歯ぐきの境目**は

歯垢が残りやすいのでていねいにみがいておきましょう。

* お願ひ *

- 通学時には**帽子**をかぶるようにしましょう(日差しが強くなってきました)。
- 水筒**を持たせてください。
- タオル**や**シャツの着替え**があると便利で清潔を保てます(昼休みの後、水をかぶったように汗をかいている子どもを見かけます)。
- 毛先が広がった歯ブラシ**は、**早めに新しいものに**交換をお願いします。

週末の持ち帰り時に、歯ブラシの毛先の確認を!

