

# ほけんだより 6月

2017.6.1  
王子小学校  
ほけんしつ

おうちの人といっしょによもう

梅雨になりました。「むし暑いな〜。」と思っていたら、急に雨が降って寒くなることもあります。5月に引き続き、気温に合わせて、脱いだり着たりできる服を選びましょう。雨にぬれたときのために、着がえやタオルも用意しましょう。



## おうちの方へ

運動会の疲れや梅雨の蒸し暑さに体調をくずしやすいときです。規則正しい生活を基本に、衣服の調整や水分補給にも気をつけてください。朝の健康観察も引き続きよろしくお願いします。

## ★おねがい★

保健室では、衣服が汚れたときに保健室にある衣服を貸し出しています。借りられた場合は、洗濯をし、次に貸し出しするお子さまのためにも早めに保健室まで返却をお願いします。下着類やタオルにつきましては新しい物を貸し出しますので、新しい物を購入しご返却ください。

また、汚れた衣服につきましては、校内の感染予防のため、そのまま持ち帰らせてますが、ご理解ご協力いただきますようよろしくお願いいたします。

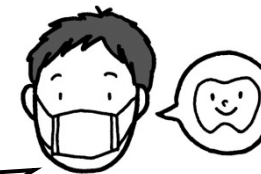


5月18日(木)は歯科健診でした。学校歯科校医 まさい歯科クリニックの正井元先生に診ていただきました。むし歯や、受診が必要な人には健診結果のお知らせを配布しています。早めに受診してください。

また、事前アンケートで質問が多くあったことをご指導いただきました。

## 学校歯科校医

まさい歯科クリニック  
正井元先生



### ★口臭が気になる方へ

・お子様のお口の匂いを感じたときは、その都度、歯磨きをしましょう。歯ブラシに歯磨き粉を3分の1程度付けお子様自身で丁寧にみがいた後、必ず仕上げ磨きを保護者の方がしてあげてください。また、夜寝る前の歯磨きが大切です口臭などが無くても必ず忘れることの無いように、毎日、お子様が歯磨きをした後、保護者の方が仕上げ磨きをしてあげてください。お口の匂いのもう一つの原因は、舌に住み着いているプラーク(細菌)です。歯磨きの後、舌を歯ブラシで軽くこすることで除去できます。舌専用のブラシが売っています。効率よく舌を磨くことができます。



### ★歯ならびや咬みあわせが気になる方へ

・歯並びが気になる方も多いと思います。まず、小学生の低学年の時期に前歯上下4本ずつ乳歯から永久歯に生え変わった時、重なりがある、受け口であるなどがある場合、矯正治療が必要なケースが多く歯科医院での相談が必要です。また、個人差もありますが、高学年の時期にこのような状態がある場合、本格的な矯正治療が必要なケースです。

### ★顎の痛みが気になる方へ

お子様が、顎の痛みがある場合、成人になるまで様子を見て問題ないケースがほとんどです。  
・口があかない、痛みがあまりにもひどい場合は歯科医院を受診してください。



みがき残しが多いのは

☆歯と歯ぐきのさかいめ  
☆奥歯のみぞ

食べもののカスが残りやすく、  
汚れがたまりやすい場所です。  
歯をみがくとき、特に気をつけて、きれいにしましょう。

☆歯が生えかわったばかりのところ  
☆歯ならびが悪いところ

歯の高さがデコボコしていて、  
汚れが残りやすく、みがきにくいので、むし歯になりやすいのです。

みがきにくいところです