

ほけんだより 6月

令和4年6月 八尾市立山本小学校 保健室(No.5)



6月は歯と口の健康月間♪
 6月は、全学年の歯科検診と5年生の全国小学生歯みがき大会への参加があります。
 先日の高学年の検診では、むし歯がたくさんある人は少なかったのですが、歯垢がついている人や、歯ぐきがいたんでいる人が多かったです。毎日の丁寧な歯みがきで、歯と口の健康を保ちましょう。
 秋には、3年生の口腔衛生訪問講座があります。

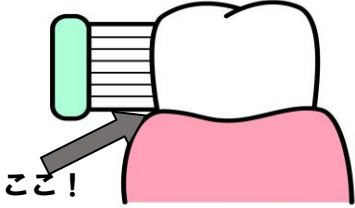


は びょうき しにくえん 歯ぐきの病気…歯肉炎

	健康な歯ぐき	歯肉炎の歯ぐき
いろ色	ピンク	あか赤
かたち形	さんかく三角	まるあつ丸くて厚い
かたさ	かたい	ブヨブヨ
しゅっけつ出血	ない	ある

一つでも歯肉炎の歯ぐきの方
 に当てはまるものがある人は、歯
 肉炎になっています。
 歯肉炎は、歯垢（歯についた白
 くネバネバしたもの）が原因で起
 きる病気です。

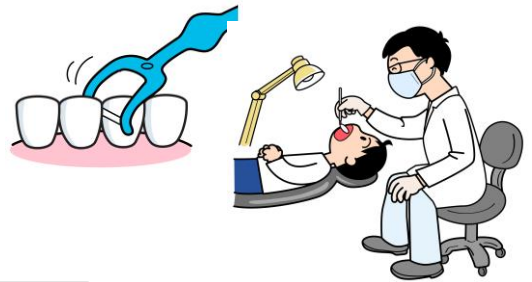
軽い歯肉炎なら、丁寧な歯みがきで歯垢を落とすことで、早ければ3日、
 1週間もあれば、自分で健康な歯ぐきにもどせます！！

は きほん 歯みがきの3つの基本!

<p>① 歯ブラシを歯の面にきちんと当てる!</p>  <p>歯ブラシの毛先を、歯と歯ぐきのさかい目に当てます。</p>	<p>② 小さく動かす!</p> <p>← 20回 →</p>  <p>1~2本の歯を目安に、歯ブラシを小さく動かします。</p>	<p>③ 軽い力でみがく!</p>  <p>歯ブラシの毛先が広がらないくらいの軽い力でみがきます。</p>
---	---	--

歯ブラシの毛先が入りにくい歯と歯の間は、デンタルフロスを使うことでしっかり歯垢を落とすことができます。

また、むし歯や口の病気になっていなくても定期的に歯医者さんに行き、歯と口の健康をチェックしてもらうことも大切です。



お家の方へ

定期健康診断へのご協力、ありがとうございました!

6月14日の低学年歯科検診で、定期健康診断が終了します。検診や問診票等へのご協力、ありがとうございました。心臓検診と尿検査の結果が出しだい、『けんこうの記録』をお渡しいたします。ご確認いただき、押印かサインをしてお返却ください。

異常の疑いがあったお子様には、その都度、お知らせをお渡ししています。早めに専門医に相談されますようお願いいたします。以前にもお知らせしましたが、学校で行う健康診断はスクリーニング（疑わしいものを選び出すもの）ですので、専門医の受診の結果、異常なしと診断される場合もあります。ご了承ください。

水泳学習が始まります!

定期健康診断の結果、心臓検診・尿検査・内科検診・眼科検診・耳鼻科検診で病院受診のお知らせをもらった方は、受診結果を学校にご提出いただくまで水泳学習には参加できません。早めに受診していただきますようお願いいたします。

*学校で心臓二次検診を受けられた方、尿検査もれ日に尿検査を受けられた方については、結果が出るまでもうしばらくお待ちください。