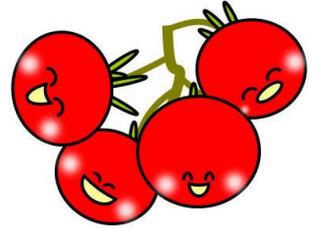




7月 ほけんだより

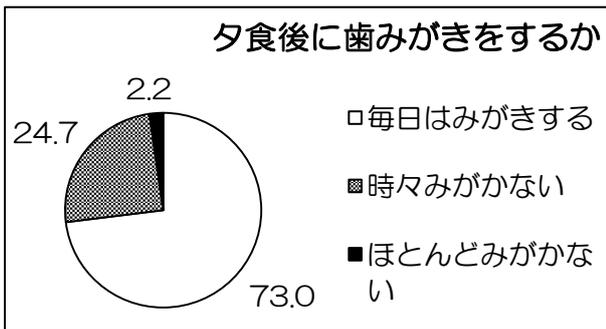
7月10日
保健室 野田

7月が始まりました。水泳等も始まり、日に日に日焼けをしていく子どもたち。最近では体調を崩す児童が少なく、元気いっぱい学校生活を送ることができています。

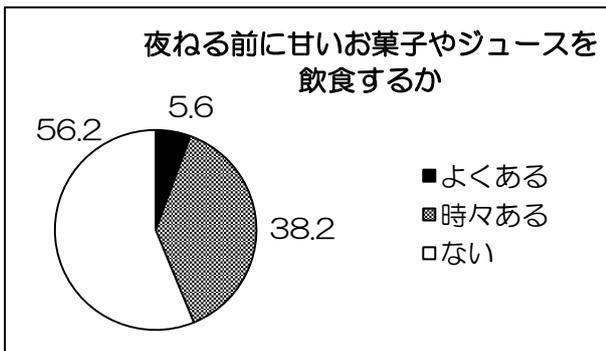


6月は保健安全委員会の子どもたちと一緒に全校児童へ歯みがき指導を行ないました。子どもたちが不器用ながらも、優しくていねいに、低学年児童に歯みがきを教える姿を見て、大変頼もしく感じたところです。今後も、保健安全委員会の子どもたちとともに、全児童への健康教育を行っていきたいと思います。今後ともご協力をお願いします。

～5月末・生活アンケート結果のお知らせ（歯科）～



5月末、全児童を対象に生活アンケートをとりましたので、その結果をお知らせします。「夕食後の歯みがき」については、毎日歯みがきをする児童が73.8%という結果でした。約4分の1の児童が、「時々みがかない」「ほとんどみがかない」と答えていました。



また、「夜寝る前の甘い物の飲食」に関する問いでは、「よくある」「時々ある」と答えた児童が、43.8%という結果でした。

先日、ほけんだより6月号「歯科健診結果、緊急警報発令！」にて、むし歯が多いことをお知らせしましたが、その原因は、やはり生活

習慣にあることがこのアンケート結果からも予想できます。

今後も引き続き、ていねいな歯みがきの実施を子どもたちに指導していきますので、ご家庭におきましても、見守りや、お声かけ、さらに仕上げ磨き等を実施していただきますようご協力をお願いします。



～歯と口の健康についての保健指導を行いました②～

今回は、3年生、4年生の保健指導の様子をお知らせします。元気いっぱい楽しく、歯と口が健康でいられる生活について考えました。覚えたことを実践できるか、今後の生活に期待します！

3年生「歯によいおやつ^との取り方^{かた}を考えよう^{かんが}」

昨年学習した「むしばになるわけ」について復習をし、「食べ物（甘い物など）が口の中にすーっとあるとむしばがきやすくなる」ということを確認しました。むしば菌は食べ物の中でも甘い物が大好きです。おやつ^の「だらだら食べをしない」「時間と量を決める」「食べたらはみがきする」の3つを、これからも覚えて、実践につなげてほしいと思います。



4年生「かむことのよさについて考えよう^{かんが}」

歯の形・特徴や、昔と今の食事の違いを考えると、噛むことの良さについて考えました。「ひみこのはがーぜ」の合い言葉で、噛むことの良さ（肥満予防や言葉の発音ははっきり、脳の発達促進、歯の健康、全力投球など）をしっかりと覚えました。カラーテスターで見てきたみがき残しの場所を、しっかりと思い出し、今後、毎晩の歯みがきに生かしてもらえたらと思います。



5・6年生の歯みがき指導の様子は次号に掲載します。楽しみに。

【お知らせ】7月23日（月）に、母親委員会主催の「いわのっこ家族ブラッシング教室」を開催いたします。子どもも大人も、効果的なブラッシング方法を楽しく学べる会にしたいと計画しています。今からでも構いませんので、参加を希望される方は、ぜひ野田までご連絡ください★
～たくさんの方のご参加、お待ちしております～