

おうちの方へ 裏面もご覧下さい。



令和 4年6月8日

小坂小学校

保健室 藤本純子

No. 3

にこにこほけんだより

☆笑顔には、自分とまわりを元気にする 力があります。毎日にこにこ笑顔で過ごせますように！

お楽しみ、なあに？

6月は雨の多い時期。外遊びの大好きな小坂っ子たちにとってはつらそうですし、雨の日は気分もしめりがちな人も多いです。でも、そんなときこそ笑顔になれる、自分だけのお楽しみを見つけておきたいですね。私のお楽しみは、コンビニの新作スイーツです。

歯のクイズにちょうせん！ 6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

Q1 歯の表面と鉄は、どちらがかたい？

- A: 歯の表面 B: 鉄
- C: どちらも同じくらい

Q2 むし歯はすすんでも歯みがきでなおせる？

- A: なおせる
- B: なおせることもある
- C: なおせない



Q3 にゆう歯のむし歯はほうっておいても平気？

- A: はえかわるから平気
- B: どちらでもよい
- C: なおさないとダメ



Q4 むし歯になりやすい歯は？

- A: 前歯 B: 奥歯
- C: どの歯も変わらない

Q5 だ液がたくさん出る人はむし歯になりにくい？

- A: なりにくい B: なりやすい
- C: だ液とむし歯は関係ない

Q6 にゆう歯とえいきゆう歯はどちらがしょうぶ？

- A: にゆう歯 B: えいきゆう歯
- C: どちらも同じくらい



Q7 すべてえいきゆう歯にはえかわると、歯の数は？

- A: へる B: ふえる
- C: 変わらない

Q8 わたしたちの歯は一生で何回はえかわる？

- A: 1回 B: 2回 C: 3回



こたえ 1-A 2-C 3-C 4-B 5-A 6-B 7-B 8-A

★答えは保健室前の掲示板にあります★



脳トレ 7つのちがいをさがそう 挑戦



保護者の方への保健だより

Health Smile

☆Health(健康)とSmile(笑顔)は、私が人生で最も大切にしたいと思っているものです。

むし歯の治療はお早めに...

マスク生活も早3年目。今、コロナ禍で十分に歯がみがけなかったり、マスクで口呼吸になりやすく、だ液の量が減ったりしてむし歯ができやすくなっているそうです。小坂でも同じことが起こっているようで、今年度は、むし歯のある児童は42.3%でした。昨年度は27.7%だったので、ずいぶん増えています。また、昨年度のむし歯の治療率は58%でした。むし歯は、ほっておいても治ることはなく悪化するばかりです。乳歯のむし歯であっても、永久歯に悪影響を与えることもあります。むし歯があった場合は、早めの受診をお勧めします。



「ほけんれんらくぶくろ」を渡しました

- 全員
 - ・ 歯科検診結果のお知らせ
- 治療・検査等が必要な人のみ
 - ・ 視力検査結果
 - ・ 耳鼻科検診結果(聴力検査結果含む)
 - ・ 心臓検診結果
- 対象者のみ
 - ・ 尿検査 二次結果
 - ・ 医療券 お知らせ

治療勧告書がなかった場合は「異常なし」です。全ての結果は、学期末に渡す「健康記録カード」でご確認ください。必要な検査や治療等は、早めにお願ひします。

食中毒

予防のための三原則

梅雨どきから夏にかけては高温多湿の気候で、原因となる細菌が繁殖しやすいため、食中毒が多く発生する時です。予防のための三原則を、あらためてチェックしてみましょう。

- つけ切り**
手はもちろん、調理器具・食器、食材もよく洗う
- ふやさ切り**
調理済みのものは早めに食べる(冷蔵庫を過信しないで!)
- やっつける**
食材の中心までしっかりと熱を通す

おまけ フジモトのひとりごと お手伝いは・・・ の巻