

# ほけんだより 6月

令和6年6月4日(火)  
 養護教諭 下西 美保

6月の保健目標：歯をたいせつにしよう

きょうは、むし歯よぼうデー。  
 歯科検診のきっかけをくばります。  
 あなたのきっかけは、どうですか？



ねえ、ふねまる、みふね町はむし歯がおおいて本当？

そうなんだあ、みふね町は、“ひとりあたりのむし歯の数”（治療した歯もふくむ）が1.13本なんだ。



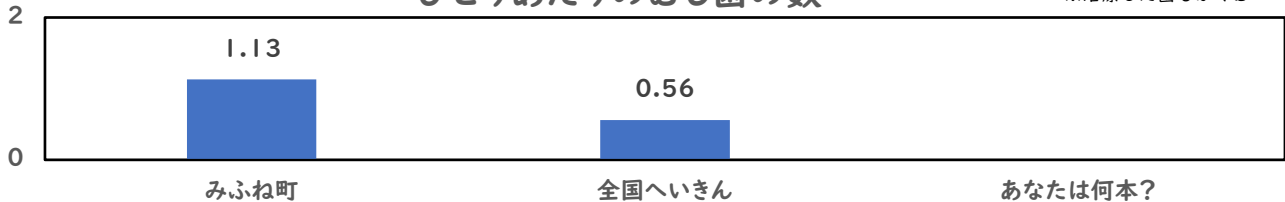
むし歯が2本なくても、おい方なの！？

全国のへいきんは0.56本で、いちばん結果が良い、にいがた県は、0.3本なんだ。  
 みふね町もどんどん、よくなってきているんだよ！  
 たきお小のみんなも、一生つかう、たからもの歯をたいせつにしようね！



ひとりあたりのむし歯の数

※令和4年12歳の結果  
 ※治療した歯もふくむ



あなたは何本？



## おくちをたいせつにしているかチェック



あてはまるすうじをたしてね	はい
むし歯はない	1
歯みがきの時、歯ぐきから血は出ない	1
夜の歯みがきを必ずする	2
かかりつけの歯医者さんがある	2
歯みがきの時、フロスや糸ようじをつかう	1
よくかんでたべている	1
姿勢がよい	1
おやつは時間をきめてたべている	1
合計【10点まん点】	点



せんもん か こころの専門家、スクールカウンセラーの先生がこられます

臨床心理士・公認心理士 河野 貴之先生

来られる日：6/17、7/1、9/30、10/28、11/18、1/27、2/10、3/17

じかん 時間：9:40～15:30 (2校時から5校時の時間帯です)

じどう 児童のみなさんも、ほごしや 保護者の方も そうだん 相談ができます。ご希望の場合は きぼう お気軽 ばあい に下西まで れんらく ご連絡ください。



つゆ 梅雨時も けんこう 健康 たすけ です ため にご ため ために

しょくちゆうどく ちゆうい 食中毒に注意



よぼう 予防の基本は手洗い。食事の前には石けんをつけ泡立てて洗い、清潔なタオルでふく。

ねつちゆうしやう ちゆうい 熱中症に注意



しつど たか つ ゆどき ようちゆうい たい 湿度の高い梅雨時は要注意。体いくかん うんどう 育館で運動をするときには窓や扉は開け、無理はしない。

じこ 事故やケガに注意



かさ しかい わる 傘で視界が悪くなりがち。歩きスマホは絶対にNG。足下が滑りやすくなっているので気をつける。

内科検診について



けんこうしんだん 健康診断は、体を総合的にみて びやうき 病気がないかを調べます。そのため、びやうき 病気や なご 等、しやうじやう 症状が分かっていて じゆしん 受診する、つうじやう 通常の しんさつ 診察とはことなります。

こうい せんせい 校医の先生： たかぞえ内科循環器科内科クリニック

たかぞえ けいじ 高添 啓二 先生

みるところ	しん 心ぞう・ <u>うんどうき</u> 運動器・ <u>せ</u> 背ばね・ <u>ひんけつ</u> 貧血・ <u>ひふ</u> ひふのじょうたいなど ※ <u>せ</u> 背ばねが <u>まがる</u> 、 <u>せきちゆう</u> せき柱 <u>そくわん</u> は、 <u>がっこう</u> 学校の <u>けんこうしんだん</u> 健康診断で <u>びやうき</u> 発見されやすい病気です。 <u>ひどく</u> ひどくなると <u>しゆじゆつ</u> 手術が <u>ひつよう</u> が必要です。そのため、 <u>せなか</u> 背中を <u>ちやくせつ</u> ちょくせつ <u>み</u> 見ます。
プライバシーへの配慮	<u>だんじよべつ</u> 男女別でおこないます。 • <u>しんさつ</u> 診察はひとりずつおこない、ほかの <u>じどう</u> 児童にみえないようにします。 • <u>ちやうしん</u> 聴診は、 <u>きほんてき</u> 基本的には <u>たいいくふく</u> 体育服の上からおこないます。

ご相談がありましたら、下西までお問い合わせください。