

ほけんだよい

6月号

メディアコントロールデーがあります

大野小学校 保健室



6月2日(日)は「メディアコントロールデー」です。昨年度までは「ノーメディアデー」として取り組んできましたが、今年度から少し変更しています。

最近では、学習時でもタブレット端末等を使うことが増え、完全なノーメディアを目指すことは難しくなってきました。そこで、家庭で勉強や調べものをするときなど、情報機器を活用する場面では有効に使用し、その他の場面でのゲームやテレビ、スマホの使用を自分でコントロールする力を身に付けてもらいたいと考えています。これは、岱明中校区共通の取組でもあります。

今年度も、健康的な生活を送るための1つの手立てとして、自分の普段の生活をふりかえり、充実したメディアコントロールデーを過ごせるといいですね。

6月は歯と口の健康月間です

6月4日から6月10日は全国的に「歯と口の健康週間」となっています。そこで、大野小では6月を「歯と口の健康月間」としています。自分のいつもの歯みがきのやり方や、おやつの食べ方



をふりかえってみましょう。みなさんは自分の歯を大切にできていますか？

フッ化物洗口ってなんのためにしているの？

みなさんは火曜日の朝、何気なくぶくぶくタイムをしているかもしれません、フッ化物洗口はいいことがたくさんあります。



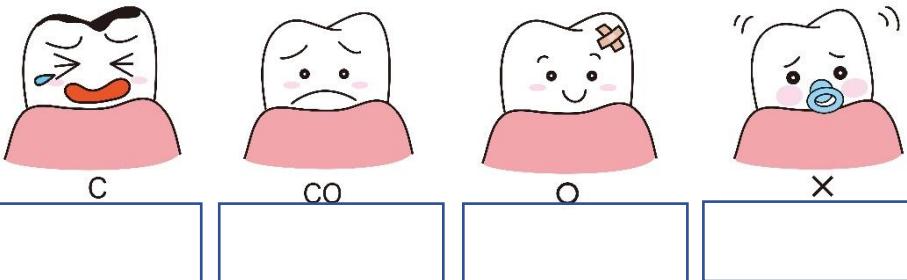
- むし歯を予防する
- 歯を強くする
- むし歯菌の働きを弱める

フッ素は、私たちが普段食べているハムなどに含まれる添加物よりも安全性が高いそうです。また、よごれた歯にフッ化物洗口をしても効果がないので、かならず朝から歯みがきをしてましょう。

歯科検診があります

6月18日(火)に1~3年生の、6月25日(火)に4~6年生の歯科検診があります。学校歯科医の松原先生に、歯列・噛み合わせの状態、虫歯の有無、歯肉の状態などを診ていただきます。当日は、朝ご飯を食べた後にしっかりと歯みがきをして登校しましょう。

「C(シー)」「CO(シーオー)」「O(まる)」「X(ばつ)」など、歯科検診では歯科医の先生が使う暗号のような言葉があります。それぞれどんな歯のことをあらわしているのか考えてみましょう。答えあわせは歯科検診で！



保護者の方へ

運動会前のすこやかチェック、ご多用の中、大変お世話になりました。お子様の生活習慣の見直しをするきっかけになっていれば嬉しいです。

また、6月は各学級において歯みがき指導を実施する予定です。指導の中で、歯の染め出しを行いますが、お子様に歯垢の染色液を使用してほしくないという方は、担任までお知らせください。

