

# にこにこ11月

R4. 11. 1  
龍野小保健便り  
保健室 宗 小百美

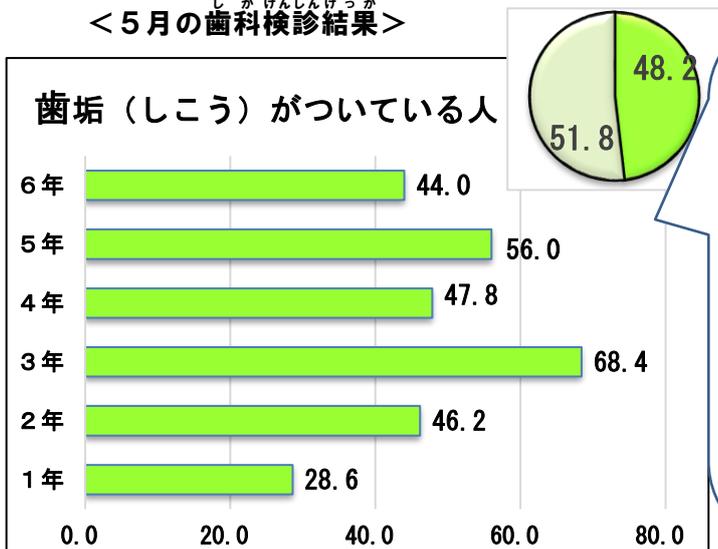
<おうちのひとといっしょによんでください。>

11月8日は、「いい歯の日」です。11を「いい」と読み8を「は」と読むとする語呂合わせから、「いい歯の日」としています。「いい歯」とは「ていねいに歯みがきができていて歯垢などがついていない状態だ」と思います。どうですか？みなさんの歯は「いい歯」ですか？ていねいに歯みがきをして「いい歯」にしていきましょう。



## 11月保健目標：「しこうをつけない はみがきをしよう」

<5月の歯科検診結果>



このグラフは、6月号でお知らせしましたが、5月の歯科検診で歯垢がついていた人の割合を表しています。

全校児童では、48.2%の人の歯に歯垢がついていました。歯垢を顕微鏡で見るとは、むし歯菌や歯肉炎を作る菌などがウヨウヨしています。この歯垢をとることがむし歯予防や歯肉炎予防になります。歯垢をとるために、ていねいな歯みがきを続けていましょう。

いつもきれいにしてください。



ぼくはたべかすがにがてなんです

年をとってもいっしょにいたいなー！

ぼくの大切なことにしてくれると、いつまでも一緒にいれます。



歯くんからのおねがい



ぼくはきみのみかたです。



ぼくはきみのためにたくさんがんばっています

いっしょにがんばろう

いたいときにはほおっておかないで！



いたいときには、ぼくがピンチの時です。歯医者さんにいってください。

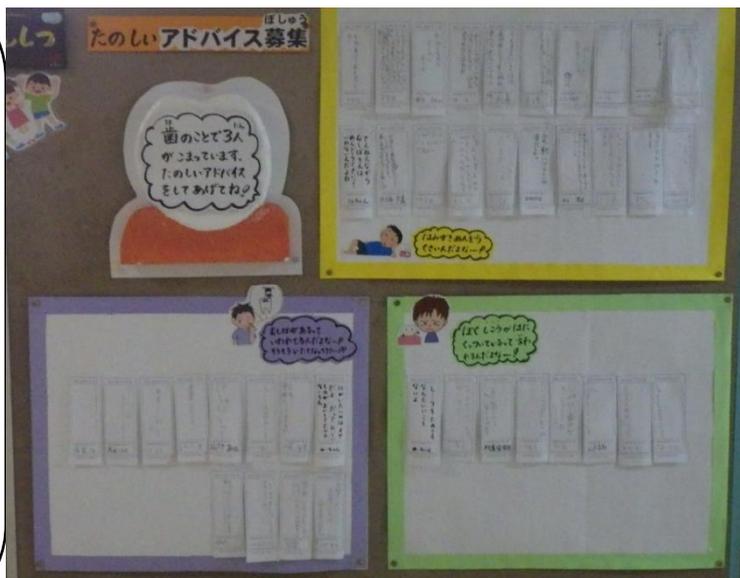
### <ぼく（歯）の役割>

- 1 食べる時になくってはならない。
- 2 かおの形を整える。
- 3 話をするときに必要。
- 4 表情をたすける。
- 5 胃や腸をたすける。

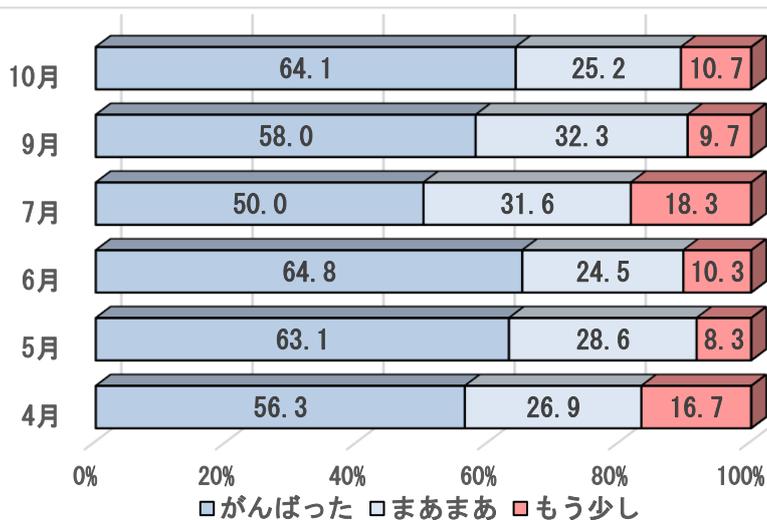
ほけんしつまえけいじぶつ  
保健室前掲示物

- ①「はみがきめんどくさいんだよなー」
- ②「むしばがあるっていわれているんだよなーそろそろ痛くなってきた！」
- ③「しこうがついちるっていわれるんだよなー」

という歯のことで困っている3人への「たのしいアドバイス」を4年生以上の人に募集したところ楽しいアドバイスが届いています。3年生以下の人へお願いです。読んでみてこれはいいなというものに「いいね」シールを貼ってほしいなと思っています。ぜひシール貼りに来てください。



チェンジチャレンジSNS 10月集計



10月分までの集計結果です。(10月30日分は全員分の集計ではありません)

10月は、「がんばった」とした人がまた増えてきているのでいいなと思います。

10月から健康相談というのを6年生から始めました。昼休みの4,5人ずつ保健室に来てもらって、生活面のことなどを聞いていますが、ゲームの時間がとても長いなーという人もいますが、「もうあんまりゲームはしませんよ。」という人も結構います。自分がやりたいことがゲームだけではなくてきているようです。メディアをコントロールする力をもった人が増えてきているのかもしれないね。

<おうちの方へ> part 1

親子歯みがき実施



11月中旬に「親子歯みがき」の2回目を実施します。(2回目の歯科検診が4~6年18日、1~3年25日にあります。) 歯垢がついているかをチェックする染め出し綿棒も是非使っていただき、歯みがきのチェックや見守り、仕上げ磨きなどのご協力をよろしくお願ひいたします。また、もし、歯科検診でむし歯など歯科を受診する必要があるとなった時には早急な対応をお願ひいたします。

<おうちの方へ> part 2

保健室からの「ありがとうございます」とお願ひ



以前学級通信に、「ご家庭で不要になった体操服をお譲り下さい」と書いてもらいましたが、早速届けていただきました。本当に助かりますありがとうございます。

「お願ひ」というのは、保健室から貸し出した服が戻ってきていないものがあります。特に下の体操服(高学年用)です。家の中を確認して、もしかしてこれは子供のものではないかもしれないというものがありましたら、学校の方にお戻しく下さい。