

# にこにこ 6月

R 3. 6. 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。

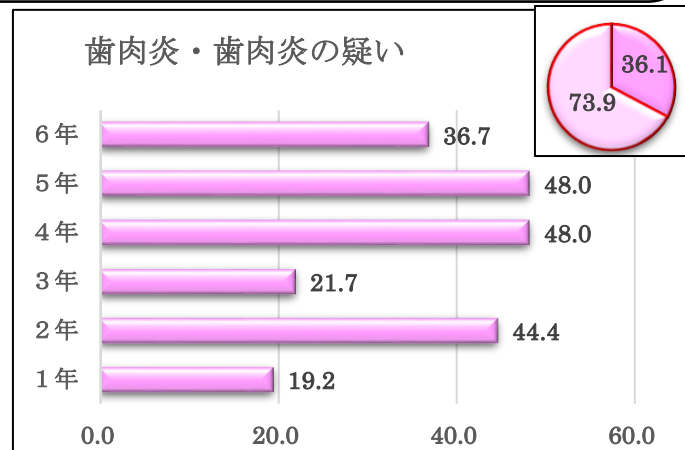
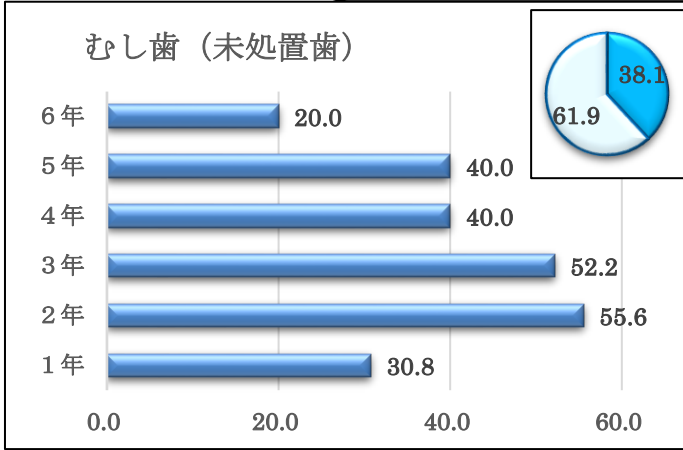
梅雨入りが例年より20日くらい早く5月15日でした。今現在は梅雨の中休みのような天気が続いていますが、例年通りくらいの時期まで梅雨が続く予報となっています。このような時期健康面で心配なことは、食中毒や体調不良（頭痛・腹痛・疲れ感など）があります。長丁場になりますが、体調管理に気をつけていきましょう。



## 歯科検診結果



今年度の歯科検診の結果です。昨年度むし歯ありの人が30.2%だったので、むし歯がある人が増えてしまいました。歯肉炎・歯肉炎の疑いは、昨年度は72.7%だったので、ずいぶん改善したようです。治療が必要な人は、早めの治療をお願いします。もうすでに治療が終わった人がいて治療済みのカードがとどいています。



今年から佐藤歯科の佐藤昭彦先生に歯科検診をしていただいています。「よく磨けている子どももいるけど、もう少し丁寧に磨いてほしい子もいますね。」とおっしゃっていました。



検診直後、どこがむし歯になっているかや歯垢がついているか、歯ぐきは腫れていないかを話しています。



給食後の歯みがき後、磨き残しはないかのチェックを始めました。昼休み学年毎にまわっています。気づいたことは、本人は磨いているつもりでもやっぱり磨き残しや歯垢がついている人が多いということです。これから学級毎に歯についての学習におじゃまして染め出しをしていきます。染め出しをすることで、どこに磨き残しがあるかを自分で確認してほしいと思っています。丁寧に磨き残しがない歯みがきの仕方をしっかり学んでいきましょう。



保健委員会  
の活動



ひみつの  
はみがきともだち

「ひみつのはみがき友だち」とは、友だちの名前が書いてある歯の形のカードを引いて、その友だちには分からないように歯みがきの様子を見ておいて、がんばっている様子をカードに記入するものです。袋からカードをひくとき低学年の子は「だれのカードをひくかなあー」とはワクワクしていました。



1年生がカードを書く  
ときにはお手伝いしました。



【保健室前に掲示しています】

熱中症 注意

梅雨の中休みはいいのですが、気温が高い日が増えてきました。

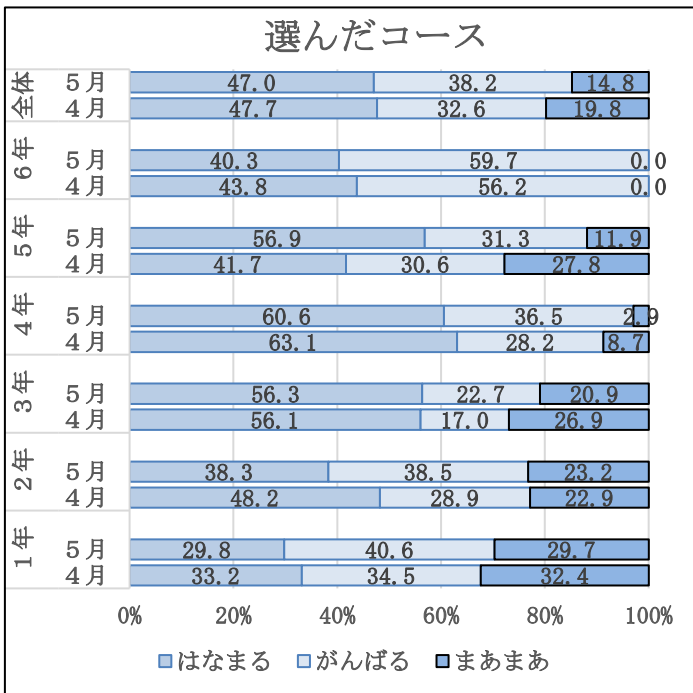
6月1日は、熊本は最高気温が33℃の予報が出ています。暑くなり

始めのこの時期が熱中症になりやすいです。みなさん規則正しい生活で体力を付け、遊んでいるとき日差しが強いときには木陰で休憩をとったり水分をとったりしてください。

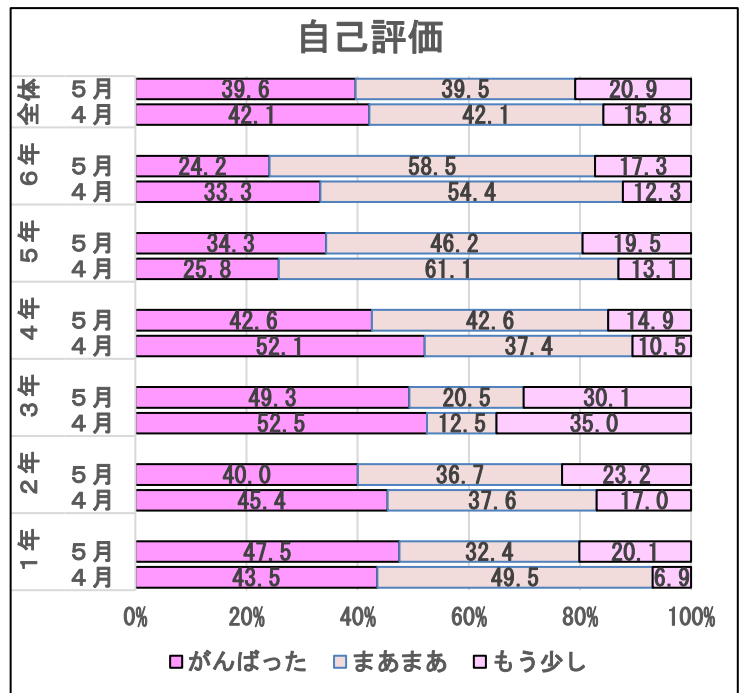
<おうちの方へ> 学校での体育で激しい運動（走る等の運動）の時には、マスクをはずすようにしています。また、水分補給が必要となりますので、水筒を準備いただけるとありがたいです。

ノーテレビ・ノーメディアの4月5月の集計結果です。選んだコースを見てみると、「はなまるコース」を選んでいる人が半分くらいいます。がんばろうという気持ちが表れていますね。自己評価「がんばった」とした人が1~4年生に多く、40%以上しました。これからも続くといいですね。6月からは、ノーテレビ・ノーメディアの記入方法を変え、検温カードの裏面に書く形にします。自分のがんばっている状況を一目で分かるようにしていく予定です。

選んだコース



自己評価



ノーテレビ・  
ノーメディアデー