

ほけんだより 6月

平成25年6月11日
小田原市立三の丸小学校保健室



雨が多い季節をむかえました。

梅雨の時期は、むし暑いなあと思っていたら急に気温が下がって肌寒くなることがあります。季節はずれの風邪をひきやすい時です。健康には気をつけましょう！！



むし歯予防大作戦！



さくせん
作戦1



食べたらずぐみがく

さくせん
作戦2



よくかんで食べる

さくせん
作戦3



甘いものややわらかいものばかり食べない

さくせん
作戦4



定期的に歯医者さんのチェックを

健康手帳で歯科検診の結果をご覧ください(おうちの人と読んでね)

叢生(そうせい)とは顎のスペースに対して歯が並ばず、歯が重なって生えている状態をいいます。

一般に乱杭歯と呼ばれ、特に犬歯が歯並びから飛び出して重なった状態を八重歯と言います。

歯並びの問題の最も多いケースで、厚生省の統計では国民の20.3%が叢生の歯並びと報告されています

叢生
(そうせい)
ってなに？

歯ならび・かみあわせについて

歯ならびやかみあわせが悪くなる原因は、

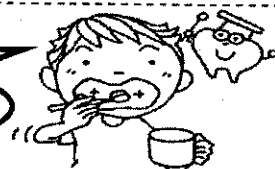
- やわらかい食べものばかり食べている
- 鼻ではなく口で呼吸をしている
- 指をしゃぶったり、くちびるをかむクセがある などがあります。

自然によくなることもあります。歯ならび・かみあわせをよくする治りよう(きょうせい)が必要かもしれません。おうちの人と一緒に、歯医者さんに行きましょう。



来週から、歯科指導を行います。

2・4・5年生の指導では歯垢染め出し液を使用する予定です。ご了承ください。



おうちのかたへ

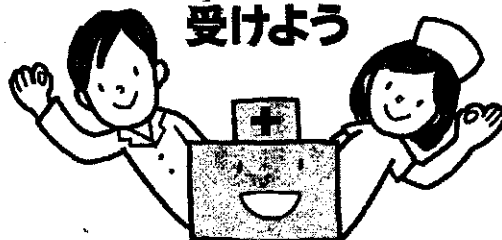
健康診断が終了しましたので今週中には健康手帳をお返しします。ご覧になりましたら押印をして家庭で保管をお願いします。

治療がおわりましたら、健康手帳で報告をお願いします。

(保護者の方の記入で大丈夫です)



はやめに検査や治療を受けよう



保健室から

全力で頑張った運動会が終わり、子どもたちは少々お疲れモード。「お腹が痛い・・・」「気持ちが悪い・・・」「だるい・・・」など、保健室には体調を崩して来室する子が増えています。

お天気も、はっきりしないような毎日で、気分も下がり気味なのではないでしょうか・・・。

元気に笑顔ですごせるよう、しっかり食べてしっかり睡眠をとれるよう、おうちの方もご協力をお願いします。

