

ほけんだより

あうちのひととよんでね!

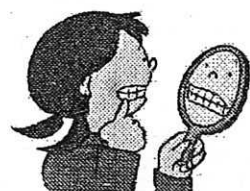
赤阪小学校
保健室
H27.6.15 No.6

～歯科検診結果～ 6月4日(木)に行いました

		むし歯がない人		治療してむし歯のない人			むし歯がある人		
		人数	%	人数	%	全国	人数	%	全国
1年	20	7	35.0	2	10.0	19.0	11	55.0	28.3
2年	19	10	52.6	4	21.1	25.3	5	26.3	29.1
3年	17	3	17.6	5	29.4	29.7	9	52.9	29.5
4年	18	6	33.3	5	27.8	31.6	7	38.9	28.3
5年	17	2	11.8	9	52.9	28.4	6	35.3	24.2
6年	22	10	45.5	5	22.7	23.6	7	31.9	18.9
全校	113	37	32.7	30	26.5	26.2	45	39.8	26.3

	歯垢の付着		歯肉の炎症		むし歯になりかけの歯	
	人数	%	人数	%	人数	%
1年	0	0	0	0	0	0
2年	2	10.5	0	0	0	0
3年	5	29.4	4	23.5	4	23.5
4年	10	55.6	6	33.3	6	33.3
5年	8	47.1	7	41.2	6	35.3
6年	10	45.5	8	36.4	8	36.4
全校	35	31.0	25	22.1	24	21.2

…全国の平均を上回るもの



いわきし か こういせんせい 岩城歯科校医先生より

赤阪小学校のみなさんの歯の状態は、むし歯がない人には全くなく、ある人には複数のむし歯があるといった、二極化になっていることが特徴です。特に、前から6番目の6才臼歯(第一大臼歯)がむし歯になっている人、前歯がむし歯、または白く濁っている(むし歯になりかけ)状態の人の食習慣や歯みがき習慣が心配です。

また、特に高学年の人は歯肉(歯ぐき)が、赤くなっていたり、はれていたり、軽い歯肉炎の症状が目立ってくる時期です。中には、歯こう(細菌のかたまり)が固まって、歯石沈着がみられる人もいました。歯石は、家庭では取れないので、歯科医院で取ってもらってください。さらに、むし歯と一言で言っても、むし歯の進行度によっては、早速治療を開始した方が良いでしょう。治療勧告(お知らせの紙でCにOのあるもの)となった人は、なるべく早めに受診をしてください。



いた 痛くないのに治さなくちゃいけないの?

検診で「むし歯あり」って言われたけど、「痛くないしまだまだ大丈夫!」と思っている人はいませんか?実は、初期のむし歯はあまり痛みを感じません。大丈夫と思ってほうっている間にどんどんむし歯が大きくなって、痛みが出てきた頃には、神経までぼろぼろになっていることがあります。早めに受診すれば1回で終わるはずの治療も、むし歯が大きくなればなるほど、2回3回と歯医者さんに通わなければいけません。習い事や遊びの時間をしっかりとるためにも、先のばしにせず早めに受診してくださいね!

～むし歯の進み方～

C1: 歯の表面の狭いはんに穴がある 痛みは感じない	C2: 歯の内部まで進んだ状態 冷たい飲み物でしみる程度	C3: 神経まで進んだ状態。表面の穴は小さくても内部で広がっている 激しい痛みがある	C4: 見える部分が崩れ、根だけ残った状態 神経が死んで、痛みを感じない
--	--	--	--

裏面もあります!

～保健委員会 朝会〇×クイズ～ 6月9日(火) 児童朝会で行いました



6月の保健目標「歯を大切にしよう」をテーマに、保健委員会で〇×クイズをしました。

- ①人間のおとなの歯と子どもの歯の本数は同じ？
 - ②むし歯は、歯のとける病気である？
 - ③昔の人も今の人も一回の食事でかむ回数は同じ？
- の3問を出しました。

みなさんは歯を大切にするために何をしたらよいと思いますか？歯は、食べた後の数分でとけ始めています。食べたらずくに歯をみがくことを習慣にできるようにがんばりましょう！

～ほけんのおはなし～ 6月体重測定後に行いました

1年生 ほけんしつにくるときは... ～からだのなまえ～

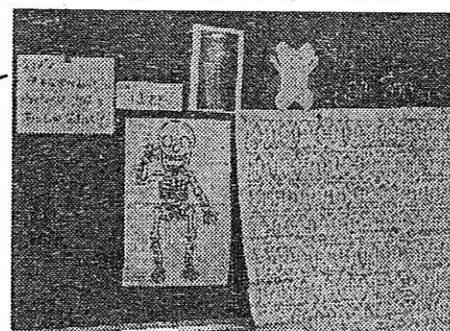
けがをしたときは...
いつ？
どこで？
どこを？
どうしたのか？
せんせいにしえてね！

からだのなまえの
ならぶクイズは
おもしろいことか？
たくさん...



スーパー☆ じょうぶな
カルちゃん登場!! ほねをつくらう

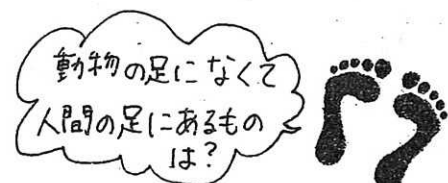
2・3年生



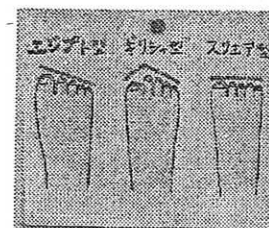
骨を強くする「カルちゃん」は毎日飲んでいる
←牛にゅうにたくさん含まれています!! 他にも、外でたくさん体を動かしたり、すいみんをたっぷりとり、じょうぶな骨をつくりましょう!

今日は牛乳2本飲んだから、454カルちゃんGETやど!! とある男の子の報告も...

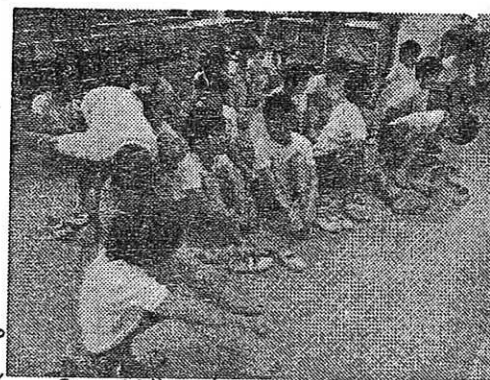
4年生 足のけんこう



答えは「土ふまず」。扁平足や外はん母趾などの足の異常とその原因、まき爪予防の爪の切り方、扁平足予防の足の体操などを



学習しました。こんなに足をじ～っと見るのは初めて...!! 新しい発見がたくさんあった時間でした。また、今のくつが合っているかチェックしてくださいね。



外はん母趾

くつのはばがせまい事が原因です。



ハンマートウ

小学生に多い足の異常です。くつの長さが合っていない!! ぜひチェックしてみてください。

5・6年生

もうすぐ暑い季節です

水分補給に
なにを飲む!!



30℃を超える日が多くなり、熱中症の心配が増えてきました。様々な場面でかく汗の量のクイズや、味覚の違いを感じるための「フチソリエ」体験で「冷たいもの、炭酸水」は、甘味を感じにくいことが分かりましたね。ペットボトル飲料には、たくさん「砂糖」が含まれています。おいしいから、飲みやすいからといって、水分補給に向いているとは言えません。水分補給には「砂糖」の含まれていない水、お茶を選ぶようにしましょう。

