

# ほけんだより6月

令和 5年 6月  
府中市立武蔵台小学校  
保健室

6月の保健目標：歯を大切にしよう

## 歯を大切にしよう

6月4日～6月10日は、「歯と口の健康週間」です。

むし歯や歯周病を予防するためになるは、原因となる歯垢や歯石について正しく知り、歯を守る習慣をつくりましょう。

府中市立小中学校では、歯科健診の結果のお知らせを全員に配布しています。結果をもとに、歯と口の健康状態について考えてみましょう。学校の歯科健診では、①良好、②歯科医の指導や管理が必要、③治療や精密検査が必要、の3つに分類されます。②③については、かかりつけの歯科医院を受診してください。



## 仕上げみがきも大切に



歯が生え変わる時期の子供たちの口の中は、とても複雑です。上手にみがけない、歯ブラシが届かないところがあります。子供が自分で歯みがきをした後に、大人が仕上げみがきをしてあげてください。仕上げみがきの時間は、楽しいコミュニケーションの時間となります。「よくみがけているね」と、声をかけてあげてください。仕上げみがきは、少なくとも小学校3年生頃まで続けてください。

\*歯の王さまってなに？ 公益財団法人日本学校歯科医会発行 引用

注意して  
みがいて欲しいところ

### 奥歯の外側・内側

毛先をきちんとあて、  
軽い力でこきざみに  
みがきます。



### 前歯の表側・裏側

表側は上唇の  
裏の“ひだ”  
にあたらぬ  
ように、指でガードします。  
裏側は歯ブラシを縦にして  
みがきます。



## 市内でインフルエンザによる学級閉鎖がありました

府中市内では、5月中旬から小・中学校の学級閉鎖が続いています。

学校での集団生活を送るうえで、引き続き朝の健康観察など基本的な感染予防対策にご協力をお願いします。マスクの着用は、個人の自由となっていますが、急な体調不良に備え、予備のマスクを持たせてください。

梅雨の時期は、寒暖差が激しく体調を崩しやすくなります。濡れた服を着替える、替えの靴下にはきかえる、薄手の長袖を羽織るなど、自分で調節できるよう衣服の準備と声かけをお願いします。

## 6月の保健行事予定

6月 2日(金) 内科健診 13:30~ 2・5・6年生  
6月 3日(土) 尿三次検査 保健センターで実施  
6月 6日(火) 内科健診 13:30~ 1・3・4年生  
6月10日(土) 尿三次検査 保健センターで実施



## 水泳学習が始まります

定期健康診断の結果、治療や相談が必要な場合は、その都度「結果のお知らせ」をお渡ししています。健康診断を欠席し、その後受診していない場合や、目の病気や耳鼻咽喉科の病気、皮膚の病気などのお知らせを受け取り、まだ受診していない場合は、早急に受診し治療や相談を受けてください。

- \* 基礎疾患があり、主治医と相談中の場合はその状況をお知らせください。
  - \* 伝染性の病気にかかっている場合の水泳学習参加の可否は、医師の診断にしたがってください。
- 詳細は別紙「水泳指導についてのお願い」を確認してください。

## 定期健康診断の記録について

令和4年度より、あゆみと同様に「定期健康診断の記録」をA4プリントで配布しています。今後配布される定期健康診断の記録・計測結果などとともに、ご家庭で大切に保管してください。けんこうカードのように、回収することはありません。

成長曲線を1年生に配布します。  
合わせて健康管理に役立ててください。



## 保健室で気になること

### ●カサの使い方

雨の日が多くなりました。雨具、特にカサの使い方でケガにつながり危険なことがあります。持ち方や使い方について、ご家庭でもご指導お願いします。

よこむきにもつ ふりまわす 人のちかくでひらく じてん車にのる



すべて

