

ほけんだより 6月

令和8年6月17日
池島小中学校 保健室

あじさいの花が鮮やかに咲く季節となりました。



今月上旬（6月4日～10日）は「歯と口の健康週間」でした。思春期を迎えている子供たちにとって、今は永久歯が生え揃う一生のうちでも大切な時期にあたります。

歯科検診の結果、治療や受診が必要となったお子様は、夏休みなどの時間を上手に活用し、早めの受診をお願いします。一生の財産となる歯の健康について、ぜひ御家庭でも話題にしてみてください。

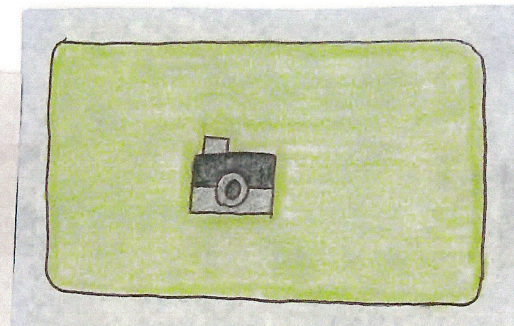
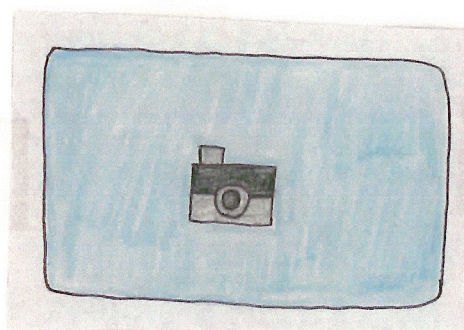
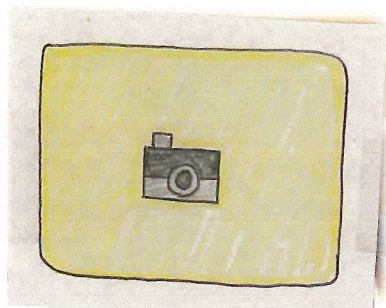
健康診断もいよいよ終盤です

日にち	健診内容	持ち物
6月30日（火）	内科検診	体操服

5月21日(木)に歯科検診を行いました！

先月の歯科検診では、検診後に染め出し液を使い、ブラッシング指導を行いました。毎年行っている検診ですが、回を重ねるごとに「上手に磨ける場所」が増えており、成長を感じます。学校でも引き続き、食後の歯磨きや規則正しい食習慣について意識できるよう声を掛けて参ります。おやつの時間にメリハリをつけることも虫歯予防の1つです。

ぜひ、御家庭でも、時間を決めて食べることや、歯と歯の間・歯ぐきの境目を意識したブラッシングについて、御指導いただければ幸いです。



赤く染めた部分を記録。
真鍮に取り組んでいます。

職員も参加し、生徒と一緒に
ブラッシング♪

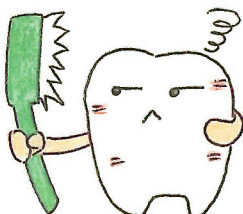
ふるい歯ブラシ、どうしてダメなの？

歯ブラシの交換は1か月が目安です。ただし、その前にでも毛先が広がってきたら、新しい歯ブラシにかえましょう。

【ふるい歯ブラシを使っていると…】

よごれを落としにくい

毛先が広がり、よごれを落とす力が新品と比べて約30%もダウンします。これではきれいに磨けません。



歯や歯ぐきを傷つける

広がった毛先は磨きにくく、力が入りがちになってしまいます。歯をけずったり、歯ぐきを傷つけて血が出たりします。



ばい菌がたくさんいる

毛の根本にはばい菌がたまりやすく、どんどん増えてしまいます。使い続けると病気の原因にも。

