

令和4年10月発行 No. 7 川口市立領家小学校 保健室



11月は、めざそう白い歯！歯っぴー月間！！

歯と口の健康について考え、歯を大切にしましょう！



「歯っぴー月間」では、自分の歯を大切にしていくために、次の取り組みをします。

①おやこ歯みがきテスト（歯こうそめだしカラーテスト） ＊家庭で取り組みます。

カラーテストを2つずつ配りますので、おうちの人もしょに一緒に取り組んでください。

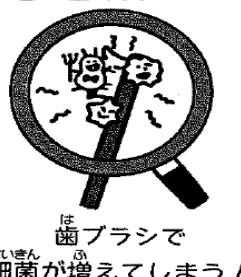
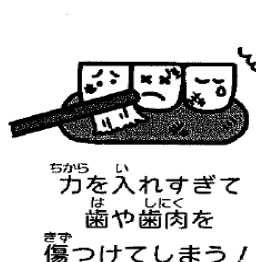
【11/4（金）用紙を配付、7日（月）提出】

②歯ブラシ点検【11/10（木）】歯みがきタイム

学校に持ってきている歯ブラシについて、毛先が広がっていないかを点検します。

歯ブラシを後ろから見たときに毛先が見える場合は、新しい歯ブラシに交換する合図です。

古い歯ブラシを使い続けると...



③歯に関するお昼の放送…健康委員会がお昼の放送で行います。

④歯科健診

【11月28日（月）2時間目～（9：35～）【4、5、6年生】

【12月 5日（月）2時間目～（9：35～）【にじいろ、1、2、3年生】

治療が必要な場合は、歯医者さんへ！
歯医者さんで検診をしている人は、いい習慣なので、続けるといいですね。

しぜんにはならない…はやめにちりよう！



健康な歯と口とは？

むし歯がないことだけでは健康な歯と口であるとはいえません！今、むし歯のある人は少なくなっていますが、歯肉炎（歯肉がはれたり、出血する病気）が増えています。歯肉炎の予防を心がけましょう。

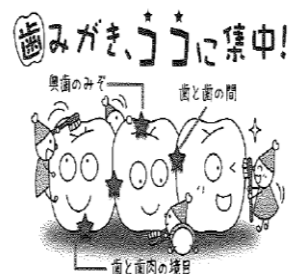
自分で歯ぐきの観察を観察をすることで歯肉炎かどうかわかります。歯肉が赤くまわっている場合は、いつもよりいねいな歯みがきができるといいですね。



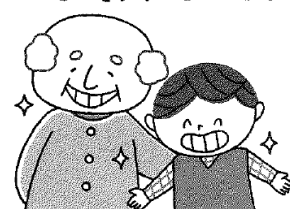
☆歯みがき エチケット☆



コロナウイルス
感染症予防の歯
みがきとして、「エチ
ケット歯みがき」が
すすめられていま
す。飛沫がとばない
ようにすることがポ
イントです。



めざそう! 8020



引用 日本学校歯科医師会ホームページより

11月の保健目標

寒さに負けないしょうぶな体をつくろう



感染症予防を

続けましょう!

気温や湿度が低くなり、新型コロナウイルス感染症だけではなく、インフルエンザやノロウイルスによる感染性胃腸炎も流行する時期です。【毎日の健康観察】【石けんで手を洗うこと】【マスク】【早ね早おき朝ごはんの生活リズム】は、どの感染症にも効果的な予防対策ですから、自分にできることをこれまでと同じように続けていきましょう。

