



前期課程
武蔵台小中学校
保健室
令和6年6月3日

※おうちのかたといっしょによみましょう

もうすぐ梅雨入りです。雨が長く続いて、じめじめと暑い日が増えるでしょう。本を読んだり、晴れた日には外で体を動かしたり、好きなことをして気分転換をする時間を大切にしてほしいと思います。

気圧の変化で体調も悪くなりがちです。しっかりご飯を食べてしっかり寝て、自分の健康管理を心がけましょう。手洗い、うがい、水分補給も忘れずに！

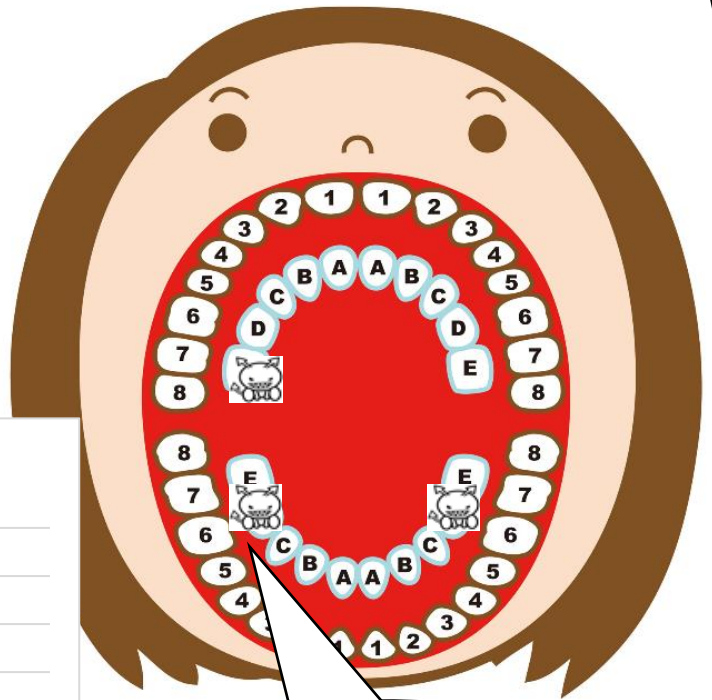
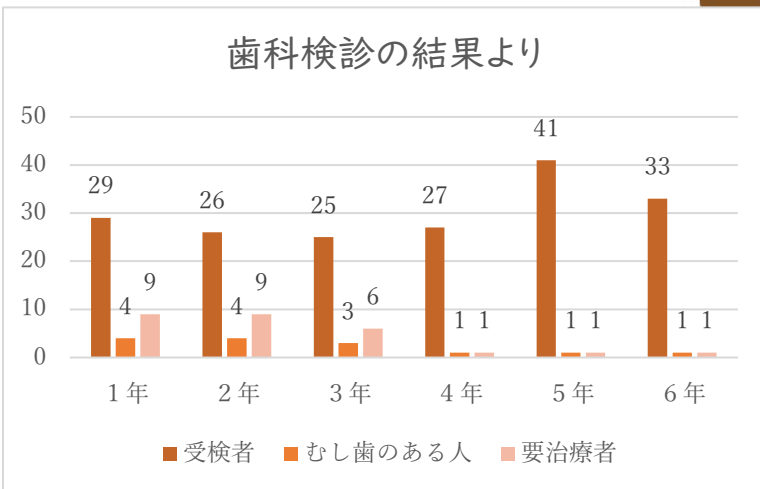



歯科検診が終わりました



令和6年度 武蔵台小中学校前期課程のおし歯の数は・・・ **27本**

学年	おし歯のある人	要医療者
1年	4人	9人
2年	4人	9人
3年	3人	6人
4年	1人	1人
5年	1人	1人
6年	1人	1人



前期課程でおし歯が多かったところ 

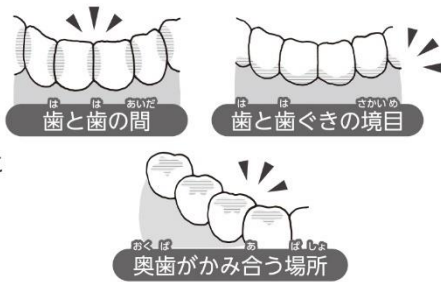
要治療者は、歯列の状態や歯垢の付着、要注意乳歯なども含まれます。症状が進行しないうちに、早めに歯医者さんに行きましょう。
歯は一生使うものであり、食べ物を食べる、話すなどの機能があり、生きるための大切な器官です。治療を行い、大切な歯を守りましょう。

歯周病は歯を失う原因No.1とも言われます。でも歯周病にならないための2つの技があります。

技① 「毎日の歯みがき」で歯垢をきちんと落とす！

技② 定期的にプロにも診てもらおう

やつけ隊
秘伝のコツ



- ♡ みがき残しが多い場所を丁寧に
- ♡ 歯ブラシはこきざみに動かす
- ♡ 歯ぐきは45度の角度で当てる

どんなに丁寧に歯みがきしても落ちない汚れもあります。定期的に歯科に行って汚れを落としもらいましょう。



この必殺技で歯周病から口を守ってくださいね。★



プールが始まりました

プールの授業は泳ぎ方を学ぶだけでなく、自分の命を守るための大切な授業です。休まず入れるよう、しっかり寝て元気な状態で登校してくださいね。健康観察も忘れずにしましょう。

プールの
前日に
チェック

- 目・耳・鼻に感染症はありませんか？
- たくさん寝ましたか？
- 忘れ物はありませんか？
- 爪は短く切りましたか？

