

夏休み前 保健だよ！

R7.7.15
早町小保健室

夏休みは 歯の治療をしましょう

- むし歯があって、まだ治療が終わっていない人⇒**30人**
- 歯列咬合等で治療が必要な人で、治療が終わっていない人⇒**9人**

歯科受診の必要な児童に、先週、歯科受診のお勧めを配付しました。夏休みのうちに治療をして、ピカピカの歯で2学期を迎えてほしいです。

また、治療が終わりましたら、**治療報告書**を学校へ提出していただきますよう、御協力よろしくお願いします。

<令和7年度 夏休み 歯科診療情報>

町内の歯科医院に、夏休み期間中の休診日を教えていただきました。急な休診等の可能性があるため、受診の際は予約をお願いします。

歯科医院	連絡先	基本的な診療時間	休診日
林歯科	65-1181	月,水,金…8:30~12:00 13:30~17:30 火,木…8:30~12:00 13:30~16:30 土…8:30~12:00	土曜日の午後 日曜日 祝日
ファミリー歯科	65-4188	月~金…8:30~12:00 13:30~18:00 土…8:30~12:00	土曜日の午後 日曜日 7/24(木) 8:30~16:00 休診 7/26(土) 8:30~11:00 休診
大山グランド歯科	55-3333	月,水,金…9:00~12:00 14:00~19:00 火,木…9:00~12:00 土…9:00~12:00 13:30~16:00	火・木曜日の午後 日曜日 8/15(金) 8/16(土)

6月の保健室

歯科指導を行いました

<1・2年生>

林歯科で歯科衛生士をされている安里佳先生に、むし歯の原因や上手な歯のみがき方を教えていただきました。

染め出しでブラッシング指導をしていただき、子供たちはピンク色に染まった歯に驚き、きれいな歯にするためのみがき方を考えながらみがいている様子でした。



<3・4年生>

全国小学生歯みがき大会に参加しました。

DVDを見ながら、歯みがきやフロスの使い方を学びました。

子供たちは、歯垢にたくさんの菌がいることを知り、フロスを使うことの大切さを感じたようです。御家庭での様子はいかがですか？



<5・6年生>

林歯科で歯科衛生士をされている恵渚先生に、むし歯や歯肉炎の原因、歯みがきやフロスでの予防法について教えていただきました。

歯ぐきの病気は、全身の病気につながることを聞き、子供たちは驚いている様子でした。歯並びを良くする生活習慣等、生活に活かしていきたいことをたくさん教えていただきました。



<子供たちの感想>

- 染め出しをしてみて、「いつもあんなによごれがついているんだな」と思いました。
- 歯周病から大きな病気になってしまうことがあると聞き、「絶対毎日歯みがきをしよう」と思いました。
- むし歯ゼロを目指して、毎日歯みがきとデンタルフロスをやりきるよ。

夏休み前 保健だよ！

cvfR 7.7.1

夏休みは おし歯を 治そう！



早町小 おし歯ゼロまであと

89 本



早町小全員のおし歯の本数は、109本から89本

となりました。おし歯や歯並びなどで歯医者さんの受診が終わった人には、写真入りの賞状を渡しています。

夏休みの間に歯の治療を終わらせて、ピカピカの歯で2学期をおかえましょう♪



ぼくの名前は歯みがきマン！

早町小のみんなの歯の健康を守るヒーローだよ。おし歯や歯ぐき、歯並びなどの治療へ行って、ぼくといっしょに写真を撮ろう！保健室で待っているよ。

夏休みに 気をつけてほしい4つのこと

① 3食しっかり食べる



特に朝ご飯は1日の元気の源です。朝遅く起きて、お昼ご飯と一緒にになりがちですが、食べることで体が自覚めます。夏休みもしっかり食べるようにしましょう。

② 体を動かす



すずしい部屋で過ごしてばかりいると、暑さに弱い体になり、2学期が始まると体調をくずしてしまいます。熱中症予防をしながら、外で元気よく遊びましょう。

③ 早寝・早起きする



夜寝る時間が3時間おそい生活を2日間続けると、体内時計（体のリズムを調整する仕組み）が、45分後ろにずれるそうです。そうすると、朝起きる時間やお腹が空く時間もどんどんおそくなってしまいます。

④ 感染症・熱中症に気をつける



①～③に気をつけることは、感染症や熱中症を予防することにもつながります。特に外で遊ぶ時は、こまめに水分補給をして、熱中症にならないように気を付けましょう。

ぼくはむし歯菌



1 甘いものばかり食べる子



2 よく噛まない子



3 歯みがきが嫌いな子



「こんな子が大好き！」 ナイショだよ

夏の三大感染症

手足口病

口の中や手足に発疹が出る。熱が出ることも。



ヘルパンギーナ

高熱が出て、のどに小さな水疱がたくさんできる。



咽頭結膜熱（プール熱）

高熱が出て、目が充血したり、涙が出たりする。



夏も手洗いで感染症予防！