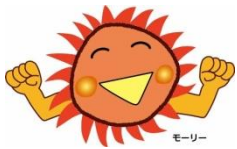


ほけんだより「げんき大すき」では、子どもたちの健康に関する情報をお知らせしています。家族で一緒に読んで、ご家庭でも健康について考えてみてくださいね。



げんき大すき

ほけんだより No.4

〔H28.6.24〕

日之出小学校保健室

ジメジメした天気が続いていますね。休み時間にはしっかり水分補給をして、熱中症にならないようにしましょう。湿度が高い日は、特に注意が必要です。今週から、プール学習がはじまりました。楽しいプール学習をするためにも、体調を整えておきましょう。

今回は、歯みがき指導の様子をお知らせします。カラーテスト(染め出し)で赤く染まったところを思い出し、意識してみがけるようにしましょう！



ことしはつ 今年初のプール学習 がくしゅう

●はじめてのカラーテスト(1年)

1年生は、はじめてのカラーテストです。朝きちゃんと歯みがきしたのに…口の中は赤く染まっていたね。はじめてはえる大人の歯「だいいちだいきゅうし」をきれいにみがく練習をしました。



みがき残しの部分が赤くそまります。

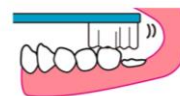


口の中を観察して、赤くそまった部分の色ぬりをします。結果はどうだったかな？



鏡を見ながらみがきます。はじめてはえる大人の歯「だいいちだいきゅうし」にきちんと歯ブラシが届いているかな？

じょうずに みがかないと
はぶらしが とどかない



歯みがき名人めざして
がんばりましょう！

【1年生の保護者の方へ】

6月29日(水) 2・3時間目に、「手洗い出前講座」を行います。「手洗いの先生」に来ていただき、正しい手洗いについて学習します。授業を公開しますので、ご都合のつく方は、ぜひご参加ください。子どもたちと一緒に「手洗いチェック」もできます。

2時間目(9:35~10:20) 1-1

3時間目(10:40~11:25) 1-2



～昨年度の様子より～

●歯鏡を使って、歯のうらがわを見てみよう！（4年）

中学年は、歯の形にあわせたみがき方を勉強します。前歯と奥歯では、形が違うから、みがき方も違います。4年生は、配付された歯鏡を使って、歯の裏側も観察しました。うまくみがけていたかな？



歯鏡を使って、歯の裏側を観察します。うまく見えるかな？

* 歯鏡は、福井県「歯の健康プロジェクト」で4年生全員に配付されます。

鏡を見ながら、1本ずついいにみがきます。

【児童の感想より】

- ・ ぼくはうらがわをきをつけたことがありませんでした。うらがわは、かき出すようにみがきます。これからは前歯のうらがわにきをつけて歯みがきをしたいです。
- ・ ぼくは歯肉炎になりやすいので、やさしくみがきます。歯鏡でチェックしながら、習ったことを生かして歯みがき名人になりたいです。



●全国小学生歯みがき大会（6年）

6年生は、「全国小学生歯みがき大会」に参加しました。インターネット配信で、全国の小学生9万人が一斉に歯と口の健康について学びます。歯肉の観察や歯みがきの実習、アスリートからのアドバイスなど、楽しく学習することができました。



Q「歯肉炎は大人の病気？」
→ 子どもも歯肉炎になります。

歯科衛生士さんにみがき方のポイントを教えてもらいました。

「デンタルフロスの使い方」も勉強しました。

健康な歯肉はどっち？



【ポイント】色・形・かたさ・出血

軽い歯肉炎は、毎日の歯みがきで治ります。
歯肉もやさしくみがきましょう！

【児童の感想より】

- ・ 歯肉炎やむし歯にならないための歯のみがき方がよくわかりました。歯肉炎のサインは分かりやすいので、歯みがきする時によく観察するようにしたいです。未来宣言シールを書いて、何事も続けることが大事だと分かったので、これからいろいろなことを続けていきたいです。
- ・ デンタルフロスをこの大会ではじめて使いました。歯と歯の間もしっかりみがけるので、また使ってみたいです。