



ひだまり

木田小学校保健室
令和7年6月19日
No. 4

「8020運動」を知っていますか？「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。20本は、自分の歯で食べるために必要な本数です。これより少ないと、かたい食べ物が食べられないなど、満足な食生活が送れなくなる可能性があります。むし歯がある人は、早めに治療し、大事な歯を守っていきましょう。



歯科検診が終わりました



歯科検診で学校歯科医さんから、歯みがきがきれいにできている人には、「歯みがき名人認定証」を渡していただきました。去年の歯みがき名人は82人でしたが、なんと今年は150人でした！歯科医さんからも「歯がきれいな子が多い」とほめていただきました。

「歯科検診の結果」は、全員にお渡ししています。むし歯は、風邪などの病気と違って、自分の力で治ることはありません。もしむし歯があっても、早めに治療することで、早く治ります。『受診のお勧め』に○がついていた人は、早めに受診しましょう。



《はみがき名人》

1年生	39人
2年生	23人
3年生	30人
4年生	22人
5年生	16人
6年生	20人
合計	150人

カラーテストをしました（1年生）

発育測定後の保健指導で1年生はカラーテスト（歯垢の染め出し）に挑戦しました。歯の王様である『6歳きゅう歯』の役割について学習し、歯の王様に歯垢（歯のよごれ）がついていないか確認しました。その後、みんなで歯の王様をピカピカにみがきました。おうちでもぜひ歯の王様をピカピカにみがいてくださいね。



はの王様
(6歳きゅうし)

はの王様は

- ・いちばんはじめの大人の歯
- ・いちばん大きい
- ・かむ力がいちばん強い



だけど・・・

むし歯になりやすい

はの王様がよごれているところを見つけてピカピカにみがこう！



クイズ 歯の役割はどれ？

食べ物を細かくして消化しやすくする



味がよくわかるようにする



きれいに発音できるように助ける



きれいな表情をつくる



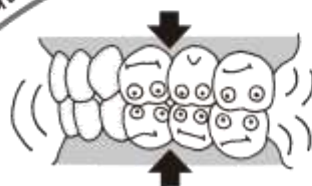
脳に刺激を与えて頭が働くようにする



顔の形を整える



体に力を入れて姿勢やバランスを保つ



歯の役割 なんと なんと



【 保護者の皆様へ 】

○伝染性紅斑（リンゴ病）が流行しています

県より伝染性紅斑（リンゴ病）の注意喚起がありました。木田小でもリンゴ病と診断されたお子さんが増えています。

リンゴ病の症状は微熱やかぜ症状などがみられ、その後に両頬に赤い発しん、体や手・足に網目状やレース状の発しんがあらわれます。感染防止のため、かぜ症状のある場合はおうちでもこまめな手洗い、「咳エチケット」の声かけをお願いいたします。

保健室のひとりごと



6年生の「歯の学習」で、ジュースの中にはどれぐらい砂糖が入っているかについてお話ししました。コーラやカルピスにはなんと角砂糖16～17個の分の糖分が入っています。ジュースはおいしくてついつい飲んでしまいがちですが、おし歯予防のためにも、水分補給にはお茶かお水がいいですね。