



おうちの人と
いっしょに
よみましょう



今月の保健目標
は ぐち
歯と口をきれいにしよう

- ☆ てらおしやうは くち けんこうげっかん 寺尾小歯と口の健康月間について
- ☆ きやういくそうだんしやうかん 教育相談週間について
- ☆ ほごしや かた 保護者の方へ



6月は、歯や歯ぐき、顎関節など口腔全体の健康を考える「寺尾小歯と口の健康月間」です。
 予防医療が進み、個々の意識が高まったことで、歯科検診でむし歯と診断される児童は、全体的に減少しています。しかし、4月の歯科検診では、むし歯やみがき残しを指摘された児童がいました。歯は一生使う大切な物です。『自分で守る意識』を高められるといいですね。あなたの口は健康ですか？

「歯と口の健康週間」作品について

コンクールに学校代表として出品しました。代表児童は以下のみなさんです。

| 作文の部 | ポスターの部 |
|------------|-----------|
| 3年 さん | 3年 さん 優良賞 |
| 3年 さん 最優秀賞 | 3年 さん |
| 5年 さん | 4年 さん |
| 6年 さん | 6年 さん |
| 標語の部 1年 さん | 5年 さん |

ほかの児童のみなさんも
すてきな作品をかいて
くれました！あり
がとうございました。

代表作品は、保健室前廊下に展示していますので、ご覧ください。

作文・標語の部の代表者のみなさんには、11日（火）から給食の時間に校内放送で発表をしてもらう予定です。また、「よい歯の優良児童」の学校代表に選ばれた6年 さんへのインタビューも予定しています。寺尾小全員で、健康な歯を大切にしていきましょう！

☆ 歯みがき指導の実施

各学年の発達段階に応じて、
 歯科口腔の健康について学習し、
 日常の歯みがきの仕方を点検するとともに、自分の歯にあった
 みがき方を考えます。

☆ 給食後の歯みがきの徹底

4月の歯科検診の結果、学校全体の20.3%（14人）の児童に治療勧告票を配付しました。

栃木市ではこども医療費助成制度により、「こども医療費受給資格証」の提示で窓口での支払いなしで治療が受けられます。

むし歯が見つかったら、初期の段階で治療ができるよう、すぐに受診しましょう！



教育相談週間について

6月10日からの1週間は、教育相談週間です。担任の先生とゆっくりとお話をしながら自分を見つめなおす時間を過ごすことができればいいなと思っています。自分の心と向き合いながら、心も健やかに生活していきましょう！

- ・なやみや不安は、たよれる人に相談すると、心が軽くなります。
- ・イライラはストレスのサインです。たのしいことや好きなことをして発散しましょう！
- ・心が疲れている時には、ゆっくりお風呂に入るなどしてリラックスしましょう。

スクールカウンセラーについて

カウンセラーの先生が毎月1回程度ご来校されています。とてもやさしく、親身になって話を聞いてくださいます。カウンセラーの先生に、相談したいことはありませんか？寺尾小のみなさんの相談はもちろん、保護者の方からの相談も受け付けています。（保護者の方の申込みは定期的に配付される申込書からお願いいたします）

保護者の方へ ～歯と口の健康について～

- ★ 全学年、6月中に学級活動の1時間を使って歯みがき指導を実施します。1～4・6年生は、**カラーテスター**を使用した染め出しを行い、磨き残しを確認したいと思います。その際、カラーテスターで衣服が汚れる恐れがありますので、**フェイスタオルと洗濯ばさみを準備しておくようお願いいたします。**
- ★ 5年生は、全国小学生歯みがき大会に参加します。歯みがき大会HPに詳しい内容が紹介されています。また、大会後にご家庭で復習できる資料や動画配信の案内をいたします。歯ブラシやデンタルフロスのプレゼントもありますので、ご家庭でもぜひご活用ください。
- ★ ご家庭でもむし歯や歯肉炎の予防について話題にしていただけますと幸いです。

歯ブラシのお手入れはしてありますか？

歯みがきが終わった後、歯ブラシのお手入れはしていますか？何もしていない人は要注意！
 汚れを落としにくくなったり、不衛生になったりするかもしれません。

お手入れのポイント

- 1 流水で洗い流す
みがいた後に付いた汚れや細菌を落としましょう。根元の部分にたまりやすいので、要チェック。
- 2 風通しの良い場所に保管する
湿ったままだとカビや菌が繁殖しやすくなります。乾きやすいように立て保管するのもポイント。
- 3 定期的に変換する
歯ブラシの背中側から見て、毛先がはみ出している時や、1カ月以上使っている時は新しいものにしましょう。

受診勧告が届いたお子さんとまだ未受診の方は、どうぞお早めに！

