



23日(木): 脊柱側弯検診 5年
7/1(金): // 5年欠席者

※1学期学校で行う検診はこれで
終わりです。
保護者の方ご協力ありがとうございました。



6月4日~10日は「歯の衛生週間」

「80歳になったとき、自分の歯が20本残っているようにしよう」という歯の健康目標を「8020」といいます。実際の80歳の人歯の本数は平均8.21本で、「8020」の人はわずか15.25% 歯は「あって当たり前」のものではなく、きちんと手入れをしながら大切に使い続けていくものといえます。みなさんが80歳になるころには、100%の人が「8020」になっているといいですね。



特集!むし歯 「歯みがきを好きにさせる」ツクえます!

仕上げみがき



ポイントは...

- 口の中をよく見ながら
- 確実に歯ブラシをあてる
- 細かく「シャカシャカ」と
- 痛がるほど強くこすらない

子どもは本能的に、口の中を触られることを嫌がります。ですから、まずはそれに慣れることが大切です。口のまわりを触るなどして、徐々に慣れさせましょう。

また、普段は優しい顔をしているのに「しっかり、みがかなければ」とあなたが怖い顔になるのでは、子どもが嫌がって当たり前です。

歌を歌うなどして、楽しく歯みがきをしましょう。そうすればきっと、歯みがきを大好きになりますよ。

どうして歯みがきをするの?と聞かれたら...

「どうして、歯みがきをするの?」と聞かれたら、なんと答えますか?

言葉で答えるのも良いですが、見て分かる次のような方法もおすすです。

まずは透明のコップに水を入れておきます。次に(歯みがき剤をつけずに)歯みがきして、コップの水で歯ブラシをゆすぎます。濁った水を見せて「ほ〜ら、〇〇ちゃんの口はこんなに汚れているの。だから、歯みがきをするんだよ」と言えば「歯みがきをする理由」が実感できます。

簡単にできるので、ぜひ試して下さい。



歯みがきで子どもが「痛い」ポイントは?

上唇をめくったところ(前歯の上)にある筋(上唇小帯)に歯ブラシがあたると、子どもはとて痛みます。痛みのせいで、歯みがきを嫌がるようになることも...。歯ブラシを持っていない手の指先で、ここをカバーしながら、みがいてあげて下さい。

キャラクターの力を借りて、楽しく!

楽しい歯みがきのために、キャラクターグッズを利用するのも、一つの手です。それまで嫌がっていたのに、好きなキャラクターの歯ブラシに替えた瞬間、歯みがきが大好きに! ということもあるようです。

子どものための歯ブラシ選び



- ブラシ部分が、子どもの指2本分ぐらいのものを。

- 毛は柔らかめのものを。
- 子ども自身が使うときは、柄の太いものを(持つときに安定するので使いやすい)。
- 毛先が開いてきたら、交換する(1~2週間で開くのは、力を入れすぎです)。

プールの前にチェックしよう!



- ・つめは切りましたか?
- ・前日、お風呂に入りましたか?
- ・熱はありませんか?
- ・目や肌の病気はありませんか?
- ・気分がすぐれなかったり、頭が痛いなどの症状はありませんか?

保護者の方へ

ほとんどの健康診断が終わりました。それぞれの検診で指摘された疾病等について『治療のお願い』をお渡ししています。まだご家庭にある場合はなるべく早く受診くださいますようお願い致します。また、暑くなってきましたので汗ふきタオルを忘れずに持たせていただきますようお願い致します。爪も長い人が多いです。プールも始まっていますので短く切るようご家庭でも確認をお願い致します。