

保健だより

# えがお

令和7年5月28日

柏崎市立二田小学校

No. 5



来週6月4日は「むし歯予防の日」、6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

二田小学校でも6月は『歯と口の健康月間』として、歯と口の健康を守るために取り組んでいきます。

- ・給食後の歯みがき指導の予防について各学級で指導を行います。

キレイに磨けるよういつも以上に意識して磨きましょう。

- ・各学級での保健指導：むし歯や歯肉炎の予防について各学級で指導を行います。

1年生 …RDテスト（口の中にいる細菌の数を調べるテスト）

2・6年生…歯垢染め出しチェック

※1・2・6年生は指導の際に上記の活動を行います。2・6年生は歯垢染め出しチェックを行うため、汚れても良い服装または汚れても良いタオルと洗濯ばさみの準備をお願いいたします。

歯科健診の時、学校歯科医の前川先生より



むし歯がある子が少なく、  
歯もきれいに磨けている子が多い。

という言葉がありました。  
歯科健診前の歯みがきのように、  
普段からキレイに磨きましょう！

## 「寝る前に歯みがきをしましょう」 どうして“寝る前”なの？

「寝る前の歯みがき」が  
大切だと言われたことが  
ある人は多いと思います。  
では、なぜ「寝る前」な  
のでしょうか。



理由は、むし歯が進行しやすいのが寝ている  
間だから。むし歯の原因となるむし歯菌は、口  
の中の食べカスや糖分（お菓子に入っている砂  
糖など）をエネルギーにしてむし歯を作ります。



昼間なら、だ液が食べカスや糖分を洗い流してむし歯菌が活  
動しにくいようにしてくれます。でも、寝ている間はだ液が減  
るため、寝る前に歯をみがいていないと食べカスや糖分が口の  
中に残ったままになり、むし歯が進行してしまうのです。

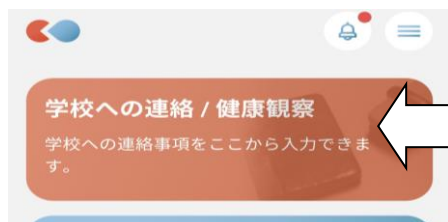
毎日、寝る前の歯みがきを忘れないでください



## 水泳授業にむけて

6月中旬から水泳授業が始まります。楽しく、安全に活動ができるように、事前の健康調査を行います。『水泳指導前の健康調査について』を記入し、6月9日（月）までに学校にご提出ください。水泳当日の参加の可否についてはリーバーでの報告になります。今年度から出欠報告もリーバーで行っているため、リーバーでの報告方法は以下ようになります。事前に確認をお願いします。忘れずに報告をお願いします。

### 《リーバーでの報告方法》



アプリのホーム画面の『学校への連絡／健康観察』からプール参加の可否について連絡してください。

- ・体の調子
- ・出欠状況
- ・プールに入る機会の有無
- ・体温
- ・体温を測定した時刻  
※おおよその時間で構いません。
- ・体調チェック
- ・プール参加の希望の有無

必要事項を入力したら『回答を送信する』ボタンを押して報告を完了してください。

ご不明な点等がありましたら、学校までご連絡ください。よろしくお願いいたします。



## 健康診断結果をお渡しします

眼科検診・耳鼻科検診・内科検診・尿検査の結果、治療が必要なお子さんには治療勧告書をお渡しします。1年生の心臓検診の結果につきましては、検査機関から結果が届き次第、必要なお子さんにお知らせします。治療勧告書をもらう前に受診をされた場合や、定期受診をされている場合は、お手数ですがその旨を治療勧告書に記入し、学校に提出してください。

眼科検診・耳鼻科検診で引っ掛かった人は水泳授業前に受診をお願いします！

