



## ～歯と口の健康週間について～

7月1日～5日まで「歯と口の健康週間」を行います。

週間中は、むし歯や歯肉の病気の予防について学びます。また、良い歯のみがき方や望ましい食生活などを実践し、歯や口の健康を自分で保つことができるようになるよう、**歯科指導**を行います。持ち物の必要な学年がありますので、下記点線囲みをご確認いただき、ご用意をお願いします。

また、6月23日(日)に健康管理センターにて『**歯の健康展**』が5年ぶりに開催されます。児童の絵画作品の展示や催し物があります。詳細は、先日配付されたチラシをご確認ください。

ご家庭でも、子どもたちの歯磨き習慣を見直してみてください。

1本、1本、みがいてあげよう。



※**1年生は7月2日(火)**、**3年生は6月25日(火)**に、歯科指導を行います。その際に歯の染め出しをして、上手な歯ブラシの当て方を学習します。衣服が汚れないように、**タオルと洗濯バサミ**を家庭で用意してきてください。よろしくお願いします。

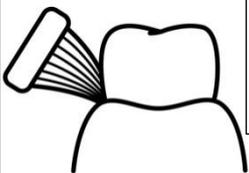
## 親子で歯のみがき方を確認しよう！

### ① 歯の横をみがくとき



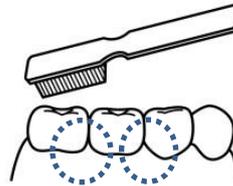
歯の横にブラシの毛先を直角に当て、こまかくふるわせてみがきます。力の入れすぎに注意！！

### ② 歯と歯肉のさかい目をみがくとき



ブラシの毛先を歯と歯肉のすきまに入れるつもりで45度の角度にあて、こまかくふるわせませす。

### ③ 奥歯をみがくとき



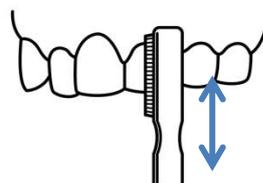
みがきにくいところをとくに意識して、ブラシの毛先があたるように工夫しましょう。

### ④ 前歯の裏側をみがくとき



前歯の裏はブラシの毛先をあてたら、かき出すようにみがきます。

### ⑤ 重なっているところをみがくとき



歯が重なって生えているところがあったら、1本ずつたてにみがいていきます。



みんなでむし歯<sup>ゼロ</sup>を目指そう！

参考資料：ライオン、正しい歯の磨き方・歯の健康基礎知識、lion.co.jp

# 学校保健委員会を開催しました！

6月5日(水)の6限に、学校保健委員会を実施しました。今年度の学校保健委員会は、柏崎総合医療センターの救急看護認定看護師、春川一樹様をお招きし、災害についての理解を深める講話を行っていただきました。DMATの説明を受け、災害から身を守るためにハザードマップや川の水位を確認できるサイトを紹介していただき、子どもたちも実際にiPadで検索してみる活動をしました。また、ケガをした際に三角巾で応急処置できるやり方も教えていただきました。おうちの方と一緒に災害について考える時間となりました。不測の災害に『危機感』をもつとともに、命を守る行動を取ることが重要だということが分かる講演で勉強になりました。



災害についての〇×クイズ



ハザードマップ等サイトを調べました



どんなものを備えておくか、話し合いました。

子どもたち・保護者の方の感想(一部)

・春川さんの話を聞いて、日本には2000以上の活断層がある。大雨が降って川に見に行かなくてもキキクルやライブカメラで見ることができる。地震が来たら、二週間以上の食料があったほうがいい。三角巾で腕などを固定できることに驚いた。

・実際に災害が起こるかもしれないという意識をもって、起きたときに何ができるかを親子で話し合う良い機会となりました。災害情報の調べ方もご紹介いただいたので、子どもと家で見てみようと思います。



実際に三角巾で腕をつるしてみました。

**ご参加いただいた保護者の皆様、ありがとうございました。**

## SC 面談日について

第2回目のカウンセラー訪問日は、7月3日(水)です。ご希望ありましたら、連絡帳や電話等で簡潔に相談内容と時間帯を来週6月28日(金)までにご連絡ください。

