

は くち けんこうしゅうかん がつ にち がつ にち
歯と口の健康週間（6月4日～6月10日）です！

しよくじ 食事やおやつを ^た食べた後、^{あと}口の中を ^{くち}汚れたままにしておくと、^{むし}むし歯になったり、^{ししゅうびょう}歯周病
 になりました。

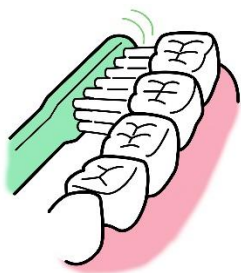
^{むし}むし歯や ^{ししゅうびょう}歯周病を ^{よぼう}予防するには ^は歯みがきをして、^{くち}口の中を ^{きれいに}きれいにすることが ^{たいせつ}大切です。

こんな歯になっていないかな？

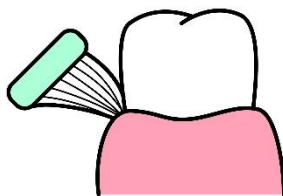
<input type="checkbox"/> 歯が黒くなっている		<input type="checkbox"/> 歯に傷がついている
<input type="checkbox"/> 歯に穴が空いている		<input type="checkbox"/> 歯ぐきが赤くはれている
<input type="checkbox"/> 歯の一部だけが白い		<input type="checkbox"/> 歯と歯ぐきの境目に汚れがたまっている
		<input type="checkbox"/> 歯ぐきが下がっている

※一つでもチェックがついた人は要注意！ていねいに歯をみがこう！

歯のみがき方をマスターしよう



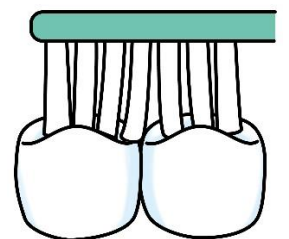
ハブラシは小さく動かします。



歯と歯ぐきの境目はハブラシをななめにしてみがきます。



歯と歯の間はハブラシを縦にしてみがきます。



歯の溝に合わせてしっかりみがきます。

じんせきこうげんちようし か えいせいれんらくきょうぎかいさま
神石高原町歯科衛生連絡協議会様から

- ・ハブラシ
- ・はみがきカレンダー
- ・ハブラシキャップ
- ・シールセット

4点を頂きました。ありがとうございます。



がくしゅう はじ プール学習が始まります

6月には、久しぶりのプール学習が始まります。楽しく安全に学習できるよう、プールに入るときには次のことに注意してください。

●からだの調子

- すいみんは足りているか？
- 朝ごはんを食べているか？
- 熱や下痢はないか？
- 皮ふに傷や発疹はないか？

●病気のちりょう

- 健康診断で目や耳の病気がみつかった人は、ちゃんと治療をすすめているか？

●からだのせいけつ

- おふろに入っているか？
- つめがのびていないか？
- 耳そうじをしているか？

マスクをはずしています。
しゃべらず、友だちとの距離をあけて、安全で楽しいプールにしましょうね♪



〈保護者の方へ〉

プールで気をつけたい感染症について



咽頭結膜熱（プール熱）

プールなどの水を介して感染することが多いので、プール熱とも言われています。感染力が強く、飛沫・接触による感染にも注意が必要です。

●主な症状

- ・ 39℃～40℃の高熱
- ・ のどの腫れと強い痛み
- ・ 目の充血や痛み、目やに

学校感染症の一つで、出席停止の対象となります。

アタマジラミ

不潔だから感染するわけではありません。頭髮に直接接触したり、体や頭を寄せあったり、帽子、タオルなどを介してうつります。

●特徴

- ・ フケとは異なり、指でつまんでも簡単に髪から離れません。
- ・ 卵は灰白色で、髪の根元近くに産み付けられます。

※もし、卵や成虫が見つかった場合は、病院を受診してください。また、感染拡大を防ぐため、学校にもご連絡ください。

