

# ほけんだより

心もからだも元気いっぱい

令和元年 5月17日  
第5号 神石小学校

## 歯科検診のお知らせ



日時 5月22日(水) 13:30~

★秋山歯科医院の秋山院長先生に診ていただきます。

給食後の歯みがきを  
ていねいにしておいて  
ください。

### 耳をすませて聞いてみよう!

- ★歯や歯ぐきの状態(むし歯や歯肉炎にかかっているか)
- ★歯並びや歯のかみ合わせの様子をみてもらいます。

- |           |   |                        |
|-----------|---|------------------------|
| 123456... | → | 今生えている永久歯(大人の歯)        |
| ABCDE     | → | 今生えている乳歯(子どもの歯)        |
| / (斜線)    | → | むし歯になったことがない健康な歯       |
| O         | → | むし歯になったけれど治りようが終わっている歯 |
| X         | → | 永久歯の生え方をじゃましている乳歯      |
| C (シー)    | → | むし歯                    |
| CO (シーオー) | → | むし歯になりかけ               |
| GO (ジーオー) | → | 歯肉炎になりかけ               |



### 結果について

歯科検診の結果について、治りようの必要があった人は早めに歯医者さんに連れて行ってもらいましょう。CO(むし歯になりかけ)はまだ痛みはありませんが、初期のむし歯です。受診をおすすめします。

自分の口の中の様子をよく知って、食生活や歯のみがき方について振り返ってみましょう。

## 生活習慣をととのえましょう! おうちのかたへお願い

日曜日の運動会に向けて、練習をがんばってきました。休憩や水分補給をしながら、体調管理に気をつけてきましたが、熱中症が心配な時期になりました。日頃の疲れや生活習慣の乱れから熱中症を起こすことも少なくありません。夜は早めに布団に入り、できるだけ睡眠時間が多くとれるよう、声かけをしてあげてください。

ご協力よろしくお願いいたします。

※27日(月)からは「生活チャレンジ週間」になります。



## 耳鼻科検診のお知らせ



日時 5月30日(木) 14:00~

★いわた耳鼻咽喉科クリニックの岩田院長先生に診ていただきます。

治りようが必要な耳・鼻・のどの病気や異常がないかを診てもらいます。

### 【おうちのかたへ】

※歯科検診・耳鼻科検診を受けるにあたり、何かご心配なことがありましたら、記入して提出してください。【21日(火)までにご利用します。】 ※ない場合は提出は不要です。

年 名前 ( )

歯科検診: 5月22日(水)

耳鼻科検診: 5月30日(木)