

ほけんだより

心もからだも元気いっぱい

令和 6年 6月 26日
第8号 神 石 小 学 校

『学校歯科教室』を開催しました

6月21日（金）の5校時に、1・3・4年生の児童を対象に、「学校歯科教室」を開催しました。
講師は、学校医の秋山先生、歯科衛生士の小川さんです。歯科衛生にかかわるお話を聞き、染め出し液を使って、歯の汚れを確認した後、効果的なブラッシングの方法を学びました。

寝る前と、起きて朝一番で、歯みがきをするとよいですよ。
むし歯は、口の中だけの病気ではなく、放っておくと全身にひろがる恐ろしい病気です。

染色液がきれいに落ちていましたね。ていねいにみがく習慣をみにつけましょう。

染め出し液を塗ってもらっています。
新しい汚れはピンク色に、前からついていた汚れは青色になります。

みがき残しはないかな？
先生にチェックしてもらっています。

色がついたところが、きれいに落ちたかな？
ていねいにみがいています。

【おうちのかたへ】乳歯から永久歯に生えかわる時期は、みがき残しが多くなっています。特に、低学年のお子さんには仕上げみがきをしてあげてください。自分の口の中の様子をよく知るためにも、定期的に検診を受けましょう。

夏に多い感染症

現在、☆印は、広島県に発令されている警報です。いずれも、ていねいな手洗い、タオルやハンカチを人と共有しないことが大切です。



☆咽頭結膜熱(プール熱)

高熱とどの痛み、真っ赤な目が特徴です。プールの水を介して流行することがあるため、この名前がついていますが、プールに入らなくてもうつります。

☆溶連菌感染症(A群溶血性レンサ球菌咽頭炎)

発熱とどの痛み、体や手足に小さくて赤い発疹が出たり、舌にいちごのようなブツブツができたりします。

☆手足口病

微熱と手のひら、足のうら、口の中などに、小さな水ぶくれのような発疹ができます。

※症状には、個人差があります。

熱中症に注意！



ニュースなどで、熱中症の事故を聞くようになりました。
のどがかわく前に、水分補給を。がぶ飲みではなく、少しずつこまめに飲みましょう。
糖分がたくさん入った清涼飲料水は、飲みすぎに気をつけましょう。



梅雨に入り、じめじめした日が続いています。この時期は「食中毒」を起こしやすい時期でもあります。ていねいな手洗いをし、せいけつなハンカチやタオルでふきましょう。水筒のお茶も多めに持ってきてきましょう。

