

# ほけんだより 6月

6月4日から10日は歯と口の健康週間です。今月は歯科健診もあります。歯の健康について考えてみましょう。むし歯の原因になるミュータンス菌は、食べ物に含まれる糖質が大好物です。この糖質をもとにして歯垢（プラーク）を作ります。そして歯垢の中で作る酸で歯を溶かして、むし歯にします。そのため、口の中に糖分が長くある状態がつづく、むし歯になりやすいのです。食後の歯みがきや、だらだらと食べないようにしてむし歯を予防しましょう。

6月のほけんもくひょう

梅雨時の健康に気をつけよう  
歯を大切にしよう

気候に合わせて衣服を工夫しよう

衣替えの時期になりました。でも6月に入ったからといって「今日からは夏！」というようにスパッと切り変わるわけではありません。半そでや短いズボンなど夏物がちょうどよい日が増えてきますが、雨が降って肌寒く感じる日もあります。

「暑くなったから、上着を脱ごう」「今日は、ちょっと寒いから、もう一枚、着たほうがいいかも・・・」など、上着やカーディガンなどの、はおりもので自分で調整しましょう。

歯みがきのポイントはココ！

食べかすや歯垢（プラーク）を取るために、歯みがきのポイントがあります。

- ①歯ブラシの毛先をしっかりと歯にあてる：  
毛先を歯と歯の間、歯と歯肉のさかい目、奥歯のかみ合わせなどにあてます。
- ②軽い力でみがく：毛先が広がらない  
くらの力でみがきます。
- ③歯ブラシを細かく動かす：歯を一本一本、細かくみがきます。

## ていきけんこうしんだん つづ 定期健康診断が続きます！

ひとつひとつの健康診断をしっかりと受けて、自分のからだを大切にしてください。

さいご  
最後のチャンスです！

にょうに じけんさ にょういちじけんさみていしゅつ ひと  
尿 二次検査・尿 一次検査未提出の人

- ★腎臓（おしっこをつくる場所）の病気や糖尿病がないかを調べます。
- ★朝起きてから 最初に出る尿を容器にとって提出してください。

6 / 2日（火）に  
提出してください。  
最後の検査に  
なります忘れずに  
出しましょう。

がんかけんしん め め  
眼科健診：目や目のまわりに病気

や異常がないかを調べます。

- ★眼科の校医の先生は、御宮地先生です。
- ★両目を開いて検査します。
- ★全員に行きます。

がつ か もく  
6月4日（木）  
さくら級、2、4、6年生  
6月5日（金）  
4日の欠席者1、3、5年生  
欠席した人は、校医さんの  
病院で受けることが  
出来ます。

しかけんしん はくち なか  
歯科健診：歯と口の中、

は は ようす はなら  
歯と歯ぐきの様子、歯並びや

かみ合わせを調べます。

- ★歯科の校医の先生は、長田先生です。
- ★「い」の口→「あ」の口の順番になります。
- ★全員に行きます。

がつ にち げつ  
6月15日（月）  
さくら級、3、4、6年生  
6月22日（月）  
15日の欠席者1、2、5年生  
欠席した人は、校医さんの  
病院で受けることが出来  
ます。

## しきかくけんさ きぼう なた 色覚検査を希望する方について

しきかくけんさ いろ み なた けんさ きぼう ぼあい たんにん せんせい し  
※色覚検査（色の見え方の検査）を希望する場合は、担任の先生にお知らせください

## ほごしゃ なた 保護者の方へ

### がっこうびょういりょうひえんじょじぎょう 学校病医療費援助事業について

きょういく ふじょ しゅうがくえんじょ にんてい う じどう がっこう ていきけんこうしんだん つぎ たいしょうしゅべい  
教育扶助または就学援助の認定を受けた児童に、学校の定期健康診断での次の対象疾病が  
はっけん ぼあい ちりょうひ えんじょ せいど げんそく がっこうい しんりょうじょ ちりょう う  
発見された場合の治療費を援助する制度です。原則として学校医の診療所で治療を受けること  
になります。この制度の利用を希望する場合は、保健室までご連絡ください。

【対象疾病】トラコーマ及び結膜炎・白癬、疥癬及び膿痂疹・慢性副鼻腔炎及びアデノイド・  
中耳炎・う歯・寄生虫病（虫卵保有者を含む）