

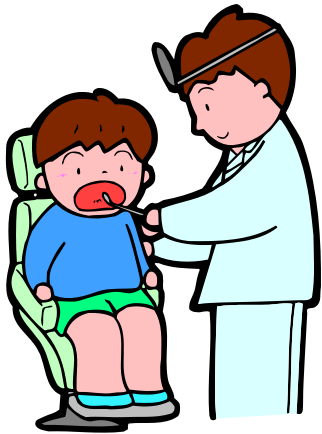


# ひだまり



保健だより（号外） 鬼怒川小学校

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。



5月には歯科検診がありました。昨年度に引き続き、今年度もむし歯がある児童の人数が多い状態が続いています。全国ではむし歯がある児童の割合は20%台と減ってきているのに対して、本校では70%を超える学年もあり、健康課題の一つになっています。

6月4日は「むし歯予防デー」6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。全国的なこの週間にあわせて、本校でも6月は歯に関する指導に力を入れていきたいと考えています。また、6月は特に意識して歯みがきができるように、「歯みがきカレンダー」を実施します。家族みんなで取り組んでいただければと思います。**カレンダーはおうちの方の一言を添えて、7月1日（金）に持たせてください。**

ご家庭のご協力をよろしくお願いいたします。

## いつまでも 続くけんこう 歯の力



令和元年度 歯と口の健康週間スローガン（文部科学省・日本歯科医師会他）

### 「歯の心得5か条」

- 1 いつでもどこでも歯ブラシを持ち歩くべし。
- 2 食べたらすみやかに歯をみがくべし。
- 3 正しいみがき方を歯医者さんで教わるべし。
- 4 歯の定期検診でむし歯を未然に防ぐべし。
- 5 歯は一生の友と心得るべし。

（日本歯科医師会）



小学生のこの時期は、乳歯から永久歯に生え替わるとても大切な時期です。また、歯の高さもまばらで歯みがきがとても難しい時期でもあり、お家の方の「歯みがきチェック」がまだまだ必要です。

歯ブラシは子ども用を使うようにしましょう。持ちやすいように短く、ブラシ部分は大人用より小さく作られるなど、子どもでもみがきやすいように工夫がされています。

また、歯ブラシの交換は1か月を目安とし、少なくとも3か月に1回は交換しましょう。毛先が開いた歯ブラシではきれいにみがけません。

