



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。



6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。口腔内を清潔に保つことは、感染症を予防するためにも重要なポイントになります。しかしながら集団の歯みがきは、飛沫感染の危険もあり注意が必要です。学校では、なるべく口を閉じてみがくことになっています。昨年度からの取り組みで、習慣化できつつありますが、学校で十分な歯みがきができずに帰る日もあるかもしれません。1年生も歯みがきを始めましたが、短い時間でじょうずにみがくのは難しく、御家庭での見守りがまだまだ必要に感じます。

6月は『歯みがきカレンダー』を配布します。毎日きれいにみがけるように、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（木）に持たせてください。**御家庭の御協力をよろしくお願いいたします。

咲かそうよ えがおの花を 歯みがきで

令和3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）



【学校での歯みがきについて】

- ・時間差で歯みがきし、水道が混まないようにする。
- ・なるべく口を閉じてみがく。
- ・歯みがき粉は使用せず、少ない水ですすぐ。
- ・吐き出す時は、水道に近づき、はねないように注意する。
- ・歯ブラシやコップはよく洗い、毎週持ち帰り清潔に保つ。



以上のような方法で実施しています。御家庭でも、新たな歯みがきのマナーについて、声かけをお願いいたします。特に**はねないように工夫して口をすすぐ**ことは、感染予防のための重要なポイントになります。