

ほけんだより 7月

2022.7.19 四條畷市立岡部小学校 保健室

明後日から、夏休みです。
 今年は、梅雨明けが早く、気温・湿度が高くなって、外遊びが出来ない日もありました。まだまだ暑い日が続きます。熱をにがすポイントは汗です。
 熱中症に気をつけて楽しい夏休みを過ごしてください。また、歯みがき、つめ切りなどの習慣も大切にしてほしいと思います。



歯みがき って大事!

食べ物を食べると歯に食べかすがくっつきやすくなります。

「歯垢」ができて、歯垢には菌がうじゃうじゃ。

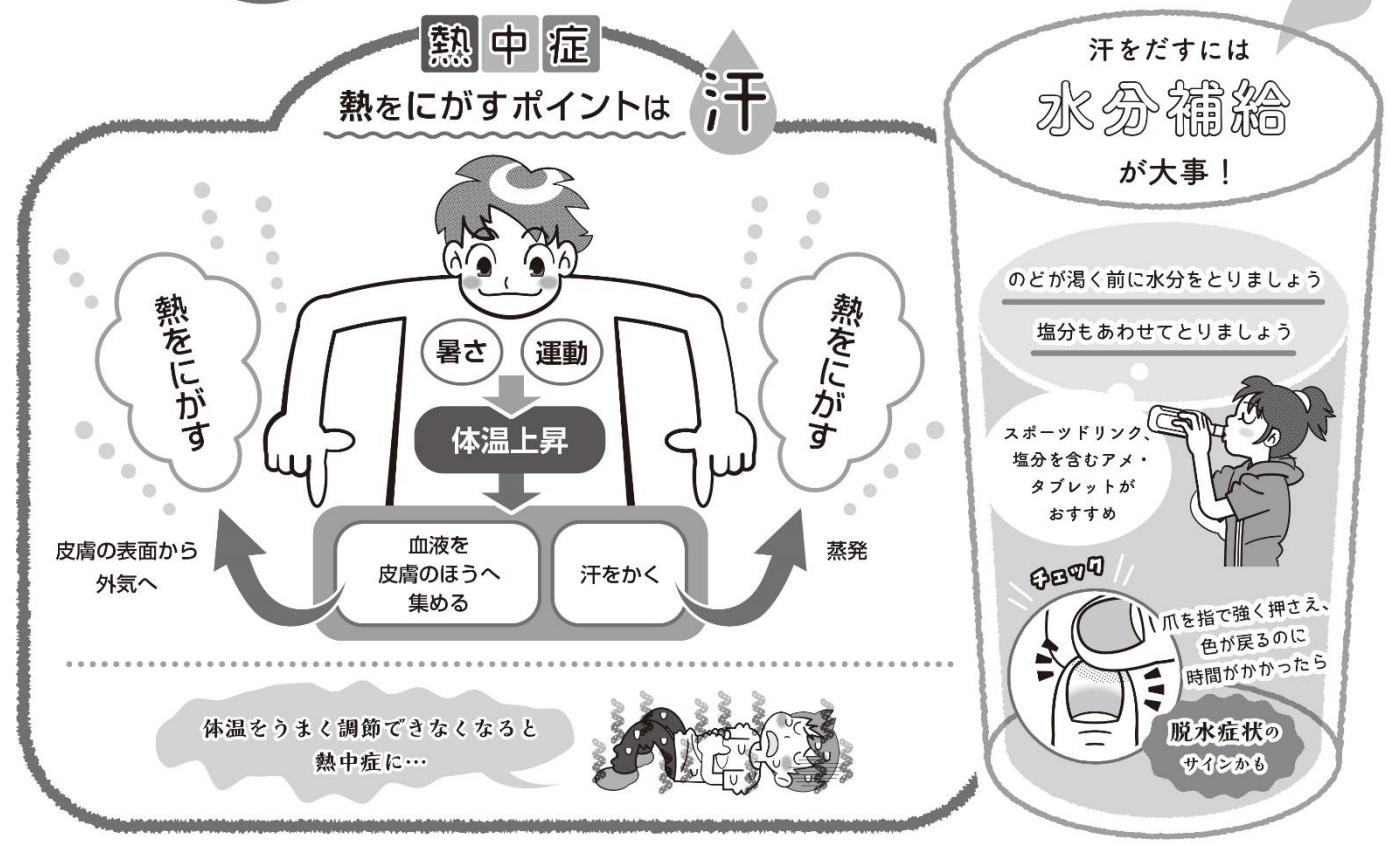
ほうっておくと「歯垢」ができて、むし歯や歯周病になっちゃう!

歯みがきで取り除きましょう。歯ブラシの毛先が開かないくらいの力加減で。

みがき残しはないかな? 鏡で確認して、舌で歯を触ってみましょう。

合格! ツルツルになったらOK

ポイント 汗 暑い! を乗り切ろう



保健室からのお知らせ

明日、通知表のファイルを持って帰ります。一番後ろのページに一学期に実施しました、定期健康診断の結果が入っていますので、確認してください。受診が必要な方には、一学期に治療依頼書でお知らせをしています。まだ受診が済んでいないものがありましたら、夏休みの間に受診をしていただければと思います。

歯科検診の結果、受診が必要なわけではありませんが、経過観察が必要なものについて、歯列・顎関節・歯肉の状態を要観察と記入しています。歯垢の状態は若干付着と記入しています。

この夏休みに、定期健康診断の結果を見直して、毎日の生活習慣・毎日の歯みがきをていねいに行う習慣作りにご活用ください。

夏休みの間に治療を済ませよう