

ほけんだより6月

No. 2

平成30年度 山崎小学校 ほけんしつ



歯科検診がおわりました。結果はどうでしたか？

今回のほけんだよりでは、歯を大切にするために、どんなことに気をつければいいのかを歯科の先生に教えてもらったので紹介します。おうちの人といっしょに読んでくださいね。



歯肉から血が出る！

毎日のはみがきが大切です。食後はかならず歯をみがきましょう。ていねいに、やさしく歯をみがくことを心がけてください。歯ブラシはえんぴつを持つようにしてみがくと、力が入りすぎず、歯をやさしくみがけます。



口のおいが気になる！



舌ブラシ

検診の結果にむし歯はありませんでしたか？もしくはむし歯になりそうな歯が原因になっていることもあります。

「むし歯はないのに、口のおいが気になる・・・。」という人は、舌がにおいの原因になっているかもしれません。はみがきといっしょに舌をみがくことも習慣にしてみましょう。お店で舌をみがくための『舌ブラシ』が売っているそうなので、歯ブラシを買いかえるときにはぜひさがしてみてくださいね。



ほけんしつのつかいかた

みんなが気持ちよく使えるほけんしつであるために、下のほけんしつのつかいかたをよく読んでおいてください。

- ① あいさつをしてからほけんしつに入ります。
- ② 「どこで・なにをされていて・どうなったのか」を、先生に話してください。
- ③ ベッドはしんどい人がねるためにあります。かってにすわったりねころんだりしてはいけません。
- ④ かってに冷蔵庫やたなをあけたり、救急箱の中身をさわらないでください。
- ⑤ 手当をしてもらったら「ありがとうございました。」と言いましょ。



上の①～⑤をかならず守ってください。みんなで気持ちよく使えるようにしましょう。



保護者の方へ

麻疹（はしか）のワクチンはお済みですか？

【症状】

感染するとおよそ10日後に、発熱やせき・鼻水といったかぜのような症状があらわれます。2～3日熱が続いた後、39度以上の高熱と発疹が出ます。

【予防】

予防接種がもっとも効果的です。麻疹風しん混合（MR）ワクチン接種を受けているかを母子手帳で確認し、まだ受けていないお子様は医療機関で接種しましょう。

☆1回目：1歳のとき

☆2回目：小学校就学前の1年間

感染力が非常に強い。接触だけでなく空気感染もする。



手洗いや通常のマスクだけではふせげない

2回の予防接種がもっとも有効とされている



（琉球新報(H30.4.5)）