



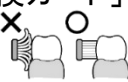
梅雨どきは、ジメジメむし暑い日があるかと思うと、ひんやり肌寒い日もあります。運動会や1学期のつかれが出てくるころです。睡眠・食事をしっかりとって、元気に梅雨をのりきりしましょう。



歯と口の健康を守ろう

6月3日(火)～9日(月)は校内「歯と口の健康週間」です。食事マナー&かみかみウィークチャレンジを行います。歯の健康を 考 えて、おいしく給 食を食べることができるように生活しましょう。

●ハブラシの点検をしましょう。毛先が
開いてきたら、取りかえの目安です。
交換が必要な人には「交換カード」を
わたします。



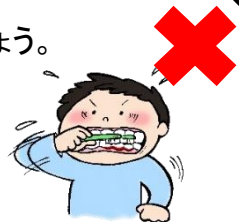
●「歯科検診の結果のお知らせ」で、
6～11の番号に○がある
人は早めに歯科医院へ
行きましょう。



●手鏡を使って、
1本1本確認しながら
みがきましょう。
3年生以上は手鏡を用意しましょう！



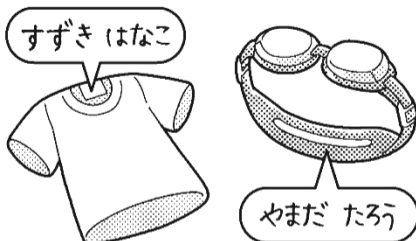
●軽い力でみがきましょう。
みがく力の目安は
150～200gです！



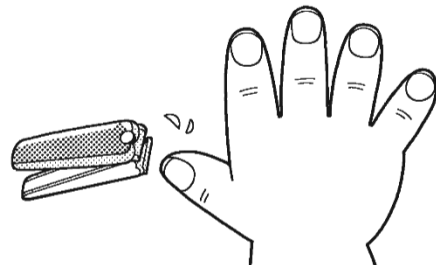
水泳学習が始まります！

プール学習の前日しておくこと

着がえや持ち物に名前を書いておく



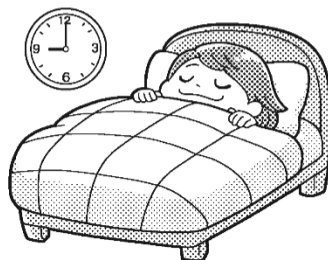
手や足のつめを短く切る



頭と体をよく洗う



夜は早めになる



保護者の皆様へ



梅雨の季節になりました。雨が降ると少し肌寒いこともありますが、太陽が顔を出すと一気に気温が上がります。また、湿度が高いこと、体がまだ暑さに慣れていないことなどから、熱中症が起こりやすくなります。

睡眠や食事など、生活リズムを整えて体力を維持できるようご協力をお願いいたします。また、軽い運動や入浴などで汗をかいて、体を暑さに慣れさせること（暑熱順化）やこまめな水分補給など、本格的な猛暑の前に熱中症対策をお子様と一緒に確認しておいていただくと幸いです。

水泳学習も始まりますので、朝の健康チェックを忘れずをお願いいたします。水泳はかなりのエネルギーを必要とします。いつもと違う様子がみられる場合は無理をさせないでください。朝食は必ず食べさせるようにしてください。

🦷🌈 6月の保健関係スケジュール ～歯と口の健康週間です～ 🌈🦷

5/27～6/1 親子歯みがきチェック【2年】

13日（金）心臓検診【1・4年】

5日（木）尿二次検査【一次検査有所見者】

20日（木）歯科検診【1・3・5年・なかよし】

10日（火）歯科検診【2・4・6年】

25日（水）耳鼻科検診【全学年】

12日（木）内科検診【1・3・5年・なかよし】



歯並び・かみ合わせについて

歯並びやかみ合わせのことを「歯列・咬合」といいます。これは、「食べ物を取り込み、食べる」機能、「表情をつくり、話す」機能及び「運動を支え、体のバランスをとる」機能などに直接関わっており、食生活のみでなく生活の質全体に関係しています。歯列・咬合の不正は、子どもの成長発育段階により、かむ・話す・呼吸する・体のバランスをとるなどの発達に影響がみられる場合があります、学校での学習にも影響が出る場合があります。

学校歯科検診の結果に記載される歯列・咬合の不正は以下のものがあります。

「反対咬合」・・・上下の前歯のかみ合わせが前後逆になる。

「上顎前突」・・・上の前歯が前方に出ている。

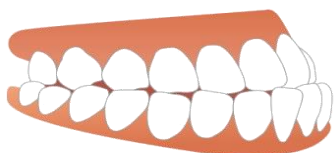
「歯数異常」・・・本来生えてくるべき歯数と異なる。

「開咬」・・・かみ合わせたときに前歯に上下の隙間ができる。

これらの症状については、発達段階や個々の症状の程度により必要な対応が異なります。

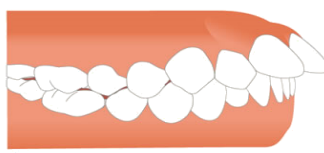
「歯・口の健康診断結果のお知らせ」の5・8・9番の欄に○印がありましたら、専門医への相談や受診をおすすめします。

反対咬合



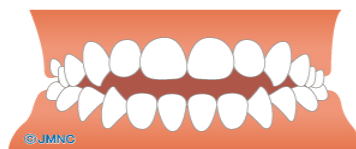
©JMNC

上顎前突



©JMNC

開咬



©JMNC

出典：矯正歯科ネット