

ほっぺたよい

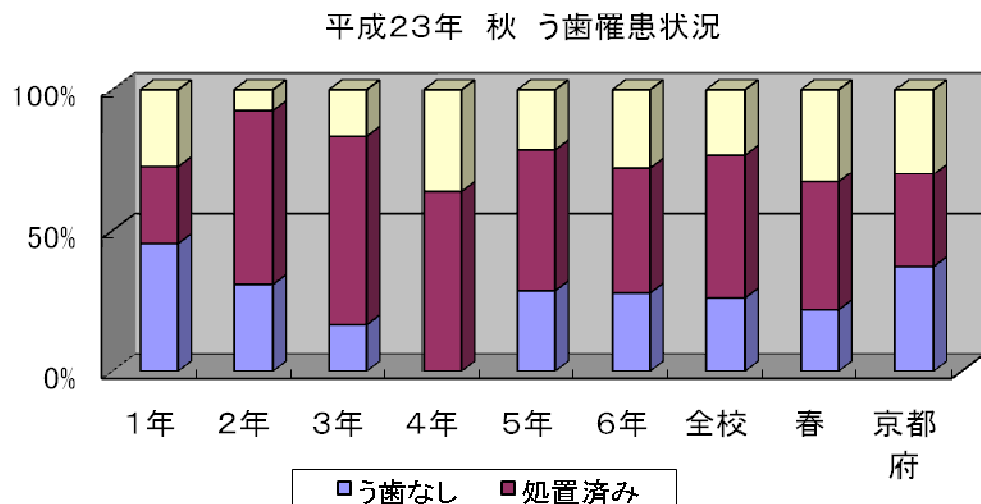
黒部小学校

みんな元気！！

運動会后、急な発熱による風邪で欠席する人がいましたが、今はみんな元気です。暖かい秋ですが、これからは寒いと感じる時がだんだん増えてくると思います。自分で服の調節をしたり、うがい・手洗い・早めの休養をしてください。

秋の歯科検診のまとめです。

歯科検診の結果は過日お知らせした通りで、もう治療を済ませた人もいます。全校のう歯の罹患状況は、下のグラフの通りでした。



春の検診より、むし歯なしの人と処置が済んだ人が増えています。でもまだ京都府平均と比べると、「う歯（むし歯）なし」の人は少ないです。また、せっかく治したのにむし歯が出来ている人もいます。

秋の検診の結果、乳歯も永久歯も「むし歯なし」だった人は19人でした。

- 1年 K・Tくん、H・Tくん、O・Hさん、F・Mさん、Y・Mさん
- 2年 U・Yくん、G・Tくん、O・Hさん、M・Kさん
- 3年 K・Yくん、
- 5年 U・Yくん、Y・Tくん、G・Rさん、K・Sさん
- 6年 M・Tくん、K・Rさん、K・Aさん、M・Kさん、G・Mさん

*まだ乳歯だけのむし歯の人は、「むし歯なし」になるチャンスがあります。しっかり守ろう！！

森岡歯科校医さんより

- ① 以前に比べて、むし歯は軽いものです。
- ② みんな「頑張ってみがいているなあ」と感じます。なかには、みがき方にムラがあり、みがけている所と、べったりと歯垢がついている所がある人がいます。1本1本横にみがいたり、縦にみがいたりしてやってください。
- ③ 「奥の歯」だけを、最後にもう1度しっかりみがいてください。



11月の保健行事

- 7日(月)体重測定 4・5・6年
- 8日(火)体重測定 1・2・3年

6番目の一番奥の歯は、知らない間にはえてくる永久歯で、一生使う歯です。また、これからはえてくる7番目の歯(8番目の歯も)は奥になるので歯ブラシも届きにくく見えにくいので、中学生・高校生になって、横(ほっぺた側)に大きなむし歯が出来ている人がいます。小学生のうち1番奥に歯ブラシを入れて、歯の周りをみがく習慣をつけておいて欲しいと思います。

★小学生の間は、はえかわりの時期なので、夜はお家の人に仕上げみがきをお願いします。(みがいてもらっている人が増えています)

永久歯は、はえて2~3年は弱い状態なので、しっかりと歯の汚れは取って欲しいのです。子どもの力では、まだまだ上手にみがけません。

*最近の歯みがき剤にはフッ素が入っています。使うことにより歯を守ってくれます。

*乳歯のむし歯は、根本的な治療が出来ない場合には、検診のたびに歯医者さんに行って診てもらうことをお勧めしています。

*咬合や歯列等は保険での治療ができないことが多く、長期にわたっての治療にもなるので歯医者さんに相談していただければと思います。

11月はリラックス体操

よい姿勢が保てるように、筋肉の緊張をとったり、骨のゆがみを治したりする体操です。たとえば

ねじっこ

足あげ

横のび

などがあります。