

# 保健だより

越前市王子保小学校・幼稚園 保健室

2020.6月号

新型コロナウイルス感染症で長い間休校でした。久しぶりの全員での登校が始まります。マスク・換気・石けんで手洗いをすすんでみましょう。新しくいろいろなルールがありますが、できることから一つ一つ自分の生活に取り入れていきましょう。



## 6月のほけん目標

生活リズムを整えよう

### おうちの方へ ～学校再開に向けて、お願い～

ようやく、待ちに待った学校再開です。安心安全に子供たちが登校ができますよう、今まで以上に朝の健康観察をよろしくお願いいたします。

- 元気チェック（健康観察）を毎朝必ず行い、学校へ持たせてください。毎朝、教室で担任がチェックし、家へ持ち帰ります。必ず見てください。
- 検温を忘れずをお願いします。朝、37℃あったら、登校を見合わせてください。普段から、平熱が高い人は、平熱+0.5℃をめやすにお願いします。
- 学校での活動中、体調不良の訴えがある場合は、熱がなくてもお迎えをお願いすることがあります。保健室で休養し様子を見ることは、しばらくできませんのでご了承ください。
- 職場へ連絡させてもらうこともあります。連絡先が変わる場合は、必ず連絡帳などで担任へ伝えてください。連絡が取れないことがないようにお願いします。
- マスク着用・換気・石けんで手洗い・距離を取った集団活動を子供達にも指導しています。おうちでも、お子さんに分かりやすくご指導をよろしくお願いいたします。
- 蒸し暑い時期になりました。熱中症予防のために、多めの水分を毎日持たせてください。こまめに水分補給します。



新型コロナウイルス感染症は、治療薬やワクチンなどがいないために、命にかかわる病気として恐れられています。基本的な病気の予防方法ですが、私たちの大切な命を守ります。自分の命は、自分で守ることができるように、育てていきたいと思っています。

【新しい生活様式を身に着けることができるように】

- ① 免疫を落とさない・・・規則正しい生活をする（睡眠時間をしっかりとる）
- ② 何かをして物をさわったら石けんで手洗いをする（特に飲食の前にしっかり洗う）
- ③ マスクで飛沫感染を防ぐ
- ④ 換気をする（2方向の窓やドアを開けて、部屋を閉め切らない）
- ⑤ 人との距離を1～2mとって生活する

※第2波を起こさないように、一人一人ができることから、継続していきましょう。

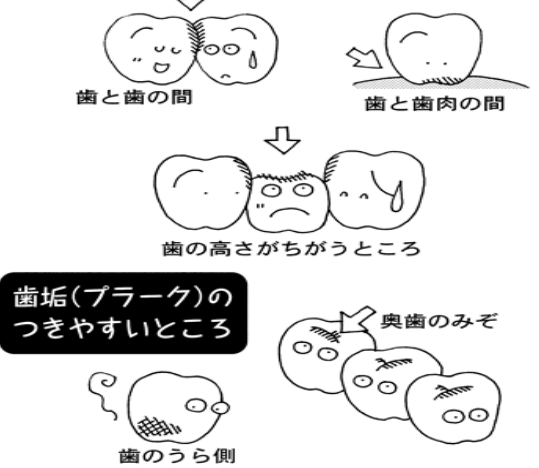
### カウンセラー来校日

☆4日・11日・18日・25日の木曜日  
 ☆時間は、14:00～17:00です。  
 ☆相談をご希望の方は、学校までご連絡ください。  
 (小学校 22-1293)  
 電話相談も受け付けます。

### 歯を大切にしよう

- 健康診断日程がまだ決まっていますが、決まり次第お知らせします。
- 歯科健診は、2学期になる予定です。
- 去年の歯科健診から時間がたっています。お子さんの口の中を見てあげてください。

### きをつけてみかところ



### ☆6才きゆう歯は、むしばになりやすい☆

○はやくはえてくる。  
 →ながく くちのなかにある は  
 ○おくにはえて、みがきにくい。  
 →あごのほねにあたってみがきにくい。  
 ○みそがふかく、たべものがつまりやすい。  
 →はえはじめは、たかさがちがうためハブラシのけがとどきににくい。  
 ○はえはじめは、はがやわらかく むしばになりやすい。  
 ○4年生くらいまでしあげみがきをしてもらおうと、むしばになりにくい。  
 ……ふむふむ なるほどなるほど



# 保健だより

越前市王子保小学校 保健室 平成 29年6月6日 6月号

梅雨に入ると、ジメジメした白が続きます。外で遊ぶ白が少なくなるかもしれませんが、心は晴れ晴れと過ごしたいですね。また、6月は、歯の衛生月間です。歯の健康についても考えてみてくださいね。



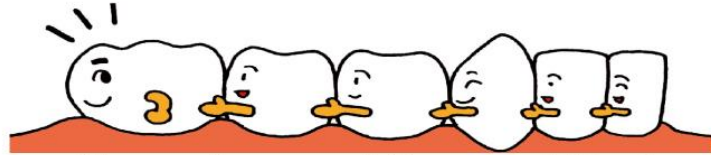
## 6月のほけん目標

歯を大切にしよう

### は おうさま 歯の王様 「6歳白歯」 ってなに？



- 6歳白歯は、乳歯が生えそった後にその後ろから生えてくる永久歯。第一大白歯のことだよ。



- いちばん大きくて歯ならびの基本になる、大切な歯なんだよ。かむ力もいちばん強いんだ。

小学生の間に、子どもの歯（乳歯）から大人の歯（永久歯）へ生え替わっていきます。大人の歯は生え替わることがないため、一生使う大事な歯です。生えたときから、きちんとみがき、むし歯にならないようにしましょう。



なかなか大きくなれないから歯ブラシがとどきにくい

6才きゅう歯は、ゆっくり生えてくるからむし歯になりやすいの。ていねいにみがいてね。



歯ぐきにかくれているからみがきづらい



### 6月の保健行事

### 歯みがき指導

1年	歯のおうじさまをみがこう 6/6 (火) 学校公開
2年	まえ歯ぴかぴか大作戦
3年	歯ならびと自分にあったみがき方
4年	歯の形にピッタンコ
5年	歯みがき名人になるぞ！
6年	歯肉炎を防げ

歯科健診後の歯の治療は、済みましたか？  
学校では、歯の健康を子どもが自分で管理できるよう歯みがき指導を行っています。  
歯みがき指導の後は、ワークシートを持って帰ります。どのようなことを学習したのか保護者の方も知っていただき、学習した歯みがき方ができているか、みがき残しはどの程度あるのか確認し、ご家庭で歯みがきについて今一度お話しください。  
年々、歯肉炎の低年齢化が進んでいます。歯みがきは、1日3回しましょう。

### 6月のスクールカウンセラー来校日

- 6月 1日 (木) 午前中
- 6月 15日 (木) 午前中
- 6月 22日 (木) 午前中
- 6月 29日 (木) 午前中

おく歯のみぞも1本ずつていねいにみがくぞ！

### めざせ！！歯みがき名人

6/11 (日) 歯みがき名人コンテストが越前市福祉健康センター（アルプラザ武生）で行われます。王子保小学校からは、3名の6年生が参加します。

