

けんこう 健康のアンテナ



6月4日～10日
はくち けんこうしゅうかん
歯と口の健康習慣

平成30年6月1日（金）黒島小中学校 保健室

くろしましょうちゅうがっこう 黒島小中学校 し かけんしん けっか 歯科検診の結果！！

がつ か し かけんしん けっか し かけんしん う け た ひ と ぜん い ん わ た
5月10日に歯科検診がありました。結果のお知らせは、歯科検診を受けた人全員に渡しています。

じぶん は くち けんこう し しょくじ せいかつしゅうかん みな おきかい
自分の歯やお口の健康について知り、食事や生活習慣を見直す機会としましょう。

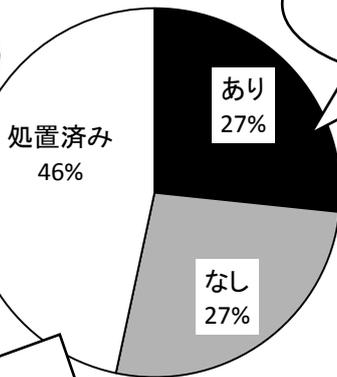
8020

むし歯の有無

歯ぐきの様子



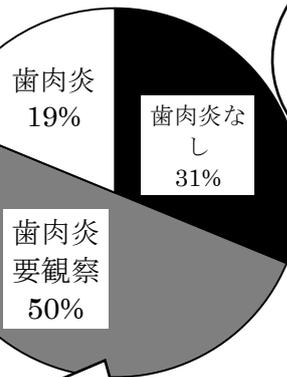
しょくご ほみが
食後の歯磨き
しっかりと！



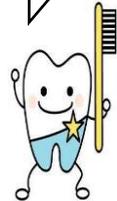
はやめ はいしゅ
早めに歯医者さん
を受診しましょう



じどうせいと やく わり ぼ りょう
児童生徒の約7割が「むし歯なし&治療がすん
でいるひと」でした。すばらしいです。このまま
たいせつ
大切にしてくださいね。



はいしゅさ
歯医者さ
んに相談
しよう



ほみが ふじゅうぶん しこう ふちやく
歯磨きが不十分なため、歯垢がかなり付着
しており、歯肉炎になる可能性があります。

歯の役割ってなあに？

歯の一番の役割は、食べ物を細かくかみ砕いて、栄養を吸収しやすくすること。
でも、歯にはそのほかにも大切な役割がいっぱい！ クイズに答えながら考えてみよう。

Q 歯がなくなったらいつものようにできなくなるのは、次のうちどれでしょう？

1 国語の授業の音読



2 休みの時間のボールあそび



3 ごはんを味わって食べる



A 答えは… ゼーんぶ！

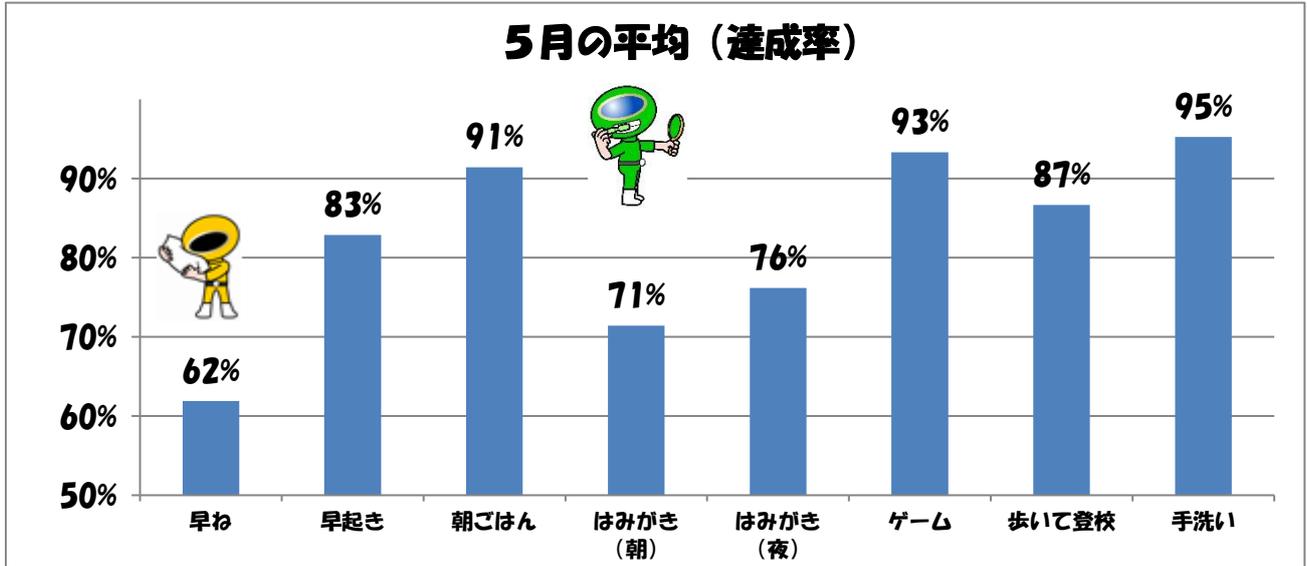
発音や会話をはっきりできるのは、歯がきちんとそろっているおかげです

走ったり力を出すときには、ぎゅっと歯をくいしばります。歯は、運動にも大切です

よく噛むと歯ごたえや食感、味を楽しむことができ、噛む刺激で脳が活発になります



くろじま こげんきだいさくせんしゅうけいけっか
黒島っ子元気大作戦集計結果



今年度、初めての黒しまっ子元気大作戦でした。早寝早起き、朝夕の歯みがきができていない人が多かったです。後期課程は、テスト前で早寝ができなかったようですが、勉強したことは、睡眠中に記憶されます。夜中までだらだら勉強するより、早めに勉強に取り組んで睡眠時間を長くとおた方が学力アップにつながります。歯みがきは、「めんどくさいな」と思っている人もいますが、歯みがきは、むし歯や歯肉炎という病気にならないためにとっても大事です。しっかりみがきましょう。

耳鼻科検診の変更について

耳鼻科検診が、Drの都合により、5月28日から6月11日（月）14：00～に変更になりました。

みみそうじ ねが
 耳掃除をお願いします

（保護者の皆様へ）

「歯・口の健康診断のお知らせ」を配布しています。歯と口の健康は全身の健康を守ることにつながります。むし歯や要観察歯（CO）、歯磨き不十分（GO・ZS）、歯周疾患等ありましたら、お子様の健康のため、早めの治療をお願いします。治療が終わりましたら、受診結果（ピンクの用紙）の提出をお願いします。