

ほけんだより 6月 June

松江市立鹿島中学校
保健室発行
令和6年6月3日



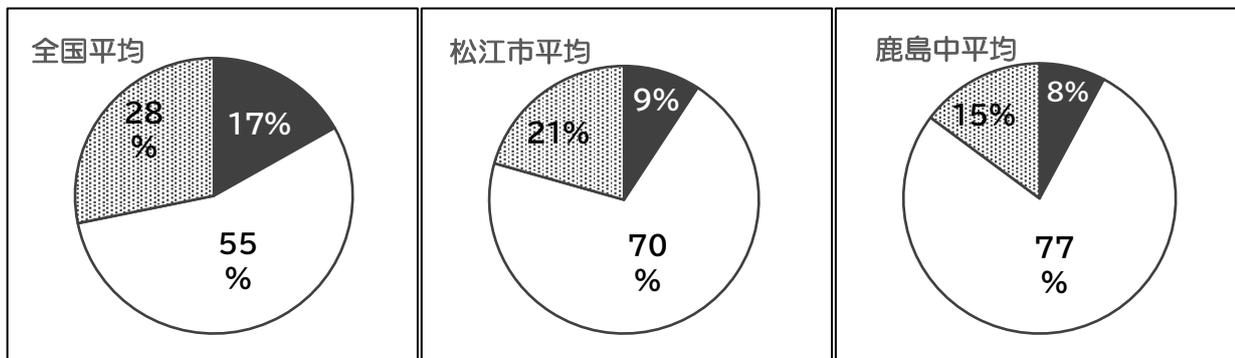
6月4日～10日は歯と口の健康週間です!5月30日に配付した歯科検診結果はどうでしたか?むし歯や歯周病が見つかった人もいるかもしれません。歯と口を健康に保つため、改めて自分の歯のみがき方を見直してみましょう。

歯科検診がおわりました

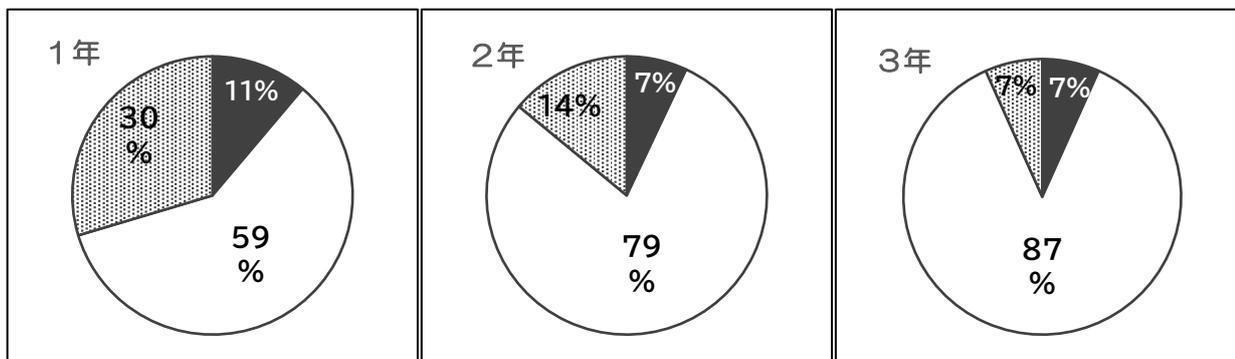


5月23日(木)に歯科検診を実施しましたので、歯科検診結果の一部をお知らせします。

■ むし歯がある人の割合 □ むし歯がない人の割合 ▨ 処置完了者の割合



※全国平均・松江市平均は学校保健統計資料より昨年度の結果をもとに記載しています。



学年	受検者	歯肉に異常あり		
		人数	今年比	昨年比
1年	27人	7人	25.9%	
2年	43人	8人	18.6%	23.9%
3年	45人	4人	8.9%	28.9%
全体	115人	19人	16.5%	27.7%

よい点

全国や松江市の平均に比べて、むし歯のある人が少ない結果でした。特に3年生は、歯肉に異常がある人も少なく、口腔内がきれいに保たれていました。

課題点

他学年に比べ、1年生のむし歯のある人が多い結果でした。(乳歯の数も関係しています。)また、歯肉に異常がある人も多かったので、歯みがきの仕方を見直す必要があります。

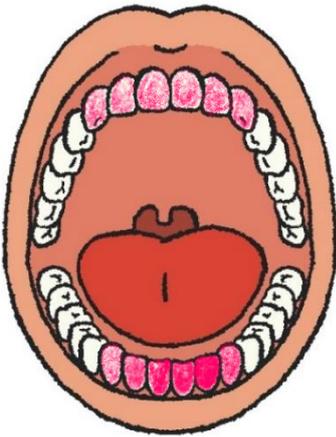


「みがいている」から「みがけている」へ



昨年度の健康チャレンジ週間より、鹿中生は歯みがきを1日3回、習慣的にできている人が多いようです。そこからさらにレベルアップして、効果的な歯みがきができるようになってほしいと思います。今回の歯みがき指導の結果から歯みがきのコツをおさらいしましょう。

みがき残しの多い部分

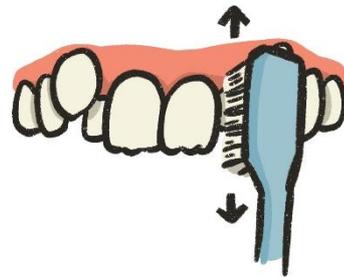


奥歯は最初に歯ブラシを当てる部分なので、きちんとみがけているそうです。前歯も忘れずにみがきましょう。

歯みがきのコツ(歯科衛生士さんより)

意識してやってみましょう

- ①同じところを10~20回みがく
- ②歯ブラシを縦にしてみがく
- ③小刻みに動かす



～保体委員会の活動～



保体委員会では、専門委員会の時間に、石けん液の詰め替えを行っています。みなさんがこまめに石けんを使って、手洗いでできるように、ベランダと教室前廊下にある全ての石けん液の補充をしています。

2週間ほど前から、校内で風邪が流行しています。手洗いを流水だけでした場合約1万個あるウイルスが、石けんを使うことで約100個まで減らせます!石けんを使って風邪予防をしましょう。



保護者の皆さまへ

5月に眼科検診、内科検診、歯科検診を実施しました。欠席者には、検診のお勧めについての文書を配付しています。健康診断は学校保健安全法施行規則により、毎学年、6月30日までに実施することが定められております。1年に1度、自分の体を知る大切な機会です。お手数をおかけしますが、できる限り、検診を受けられるようお願いいたします。

