



6月は「歯・口の健康週間」で、歯や口の健康についてふり返ったり学んだりする月でした。カラーテスト錠による「みがき残しチェック」や「家族歯みがきチェック」のご家庭での取り組みにご協力いただきまして、ありがとうございました。感想の一部を紹介します。

みがき残しチェック おうちの方から



右側が全体的にみがき残しがありました。舌があってみがきにくい場所や歯の間やみぞに気をつけていきたいです。【1年】

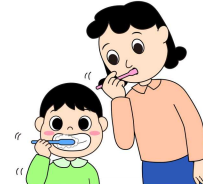
毎日一生懸命みがいているけど、テストーを使うとみがけていないところがよくわかります。【3年】

奥歯がみがきにくいと感じていましたが、やはりピンク色に染まっていました。ピンクを落としながらみがくことで、奥歯のみがき方を確認できました。また、生える途中の歯ももう少しでいねいにみがかなくては、と思いました。フロスの大切さも再確認しました。【2年】

自分でみがいた結果、右手でやりにくいところが赤だったんですね。次から気をつけましょう【4年】

奥歯に気をとられ、いつも前歯がきれいにみがけないことがわかりました。歯間ブラシにも挑戦し、赤く染まっているところはないか、よくみがく機会になりました。【5年】

家族歯みがき チェックの感想



チェック表があったので、みんなでがんばれました。いつもよりていねいにみがけました《1年保護者》

意外とみんな夜はみがいていないので、そこを見直したいです。《4年生》

ちゃんと歯みがきするため5分時間をとりました。《2年生》

歯もピカピカになるし、心も気分もピカピカになるので、歯をみがき続けたいです。《3年生》

みがき残しがとても多くて、むし歯にならないか不安です。なので、むし歯にならないように歯みがきをしたいです。《5年生》

今週は歯についての授業もあってか1本1本ていねいにみがこうとがんばりました。毎日続けたいと思いました。《6年生》

夏の皮膚の病気を予防しよう

暑い時季は、汗をかいたり、虫に刺されたりしやすくなるため、「とびひ」などの皮膚の病気にかかりやすくなります。夏場の皮膚の病気は「清潔」を保つことで予防できるので、入浴や手洗いで体や手をいつも清潔に保ち、汗をたくさんかいたら服を着替えましょう。



暑い日には、こんな姿をよく見かけます。
Tシャツの襟や袖で汗をふいたり、汗で湿ったTシャツを着ていたり・・・。
汗ふきタオルや着替え用のTシャツを持って来るといいですね。



手や指を「清潔」に 保とう

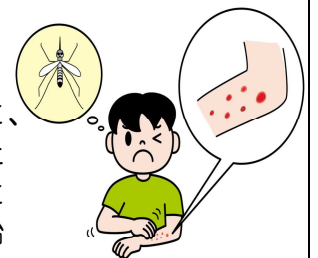


もし、皮膚をかいて傷つけても、そこから細菌が入らないように、手をこまめに洗い、ツメは短く切っておきましょう。



蚊に刺されてかゆくなったら・・・

蚊に刺されてかゆくなったときに、手でかきむしると、「とびひ」の感染につながる場合があります。刺されたところを水道水で洗い、ぬらしたタオルなどで冷やすとかゆみを抑えられます。かゆみが強ときは薬を塗って治しましょう。



水痘（みずぼうそう）に注意！！

4月から水痘にかかった人が数名います。6月になって増加傾向です。冬から夏にかけて流行しやすい感染症です。水痘はウイルスが原因で体や頭など、全身に発疹ができます。症状がみられたら早めに受診しましょう。