ほけんだより 11月号

令和8年11月5日
横瀬小学校
保健室

11月8日
いい歯の日



今月は
歯の健康特集です！

本校の歯の健康状態をお知らせします！

14人



むし歯を治していない人

9人



むし歯の治療がすんだ人

43人



むし歯がない人

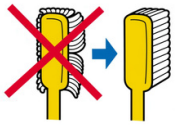
保護者の皆様へ



10歳頃までは「夜の仕上げ磨き」をお願いします！
むし歯菌の働きを抑えるため、フロスや洗口液の活用もおすすめです。



子ども用にフルーツ味のフロスも販売されています♪



１ヶ月を目安に歯ブラシの交換をお願いします。
毛先が開いてきた歯ブラシは、新品と比較して約26%汚れを落とす力が減ります。



年に１回は、歯科医院での定期検診をお願いします。
特に学校の歯科検診で受診勧告が出ている場合は、早めの受診にご協力をお願いします。
むし歯等にならないための予防歯科も、口腔内の健康維持におすすめです。

ブラッシング指導を行いました



１・２年生を対象に、歯科衛生士さんをお招きしてブラッシング指導を行いました。紙芝居やクイズを通して「歯の役割」「むし歯ができる原因」「おやつの食べ方」について楽しく学びました。また、染め出し液を使って歯の汚れのチェックも行い、赤く染まった自分の歯を鏡でのぞき込みながら、すみずみまで丁寧に磨きました。

むし歯になりやすい３つのポイント

1年生





むし歯を防ぐ「おやつの食べ方」について

2年生





★だらだら食べを防ぐため、おやつやジュースの「食べる時間」を決めましょう。
★食後は歯磨きかうがいをしましょう。

11月の保健行事
11月12日（木）
持久走前
健康診断

養護教諭の　　です。
　　先生から引き継ぎ、保健室を担当します。
よろしくお願いします。

