

ほけんだより 6



6月4日～10日は「**歯と口の健康週間**」。歯周病やむし歯を予防するためには、原因となる歯垢や歯石について正しく知り、「**歯を守る習慣**」をつくるのが何よりも大切です。この機会にしっかりおさらいしましょう。



歯周病・むし歯の原因は歯垢 & 歯石!



歯周病

歯垢や歯石が歯と歯ぐきの間にたまって炎症を起こし、歯ぐきが腫れたり、歯が抜けたりします。



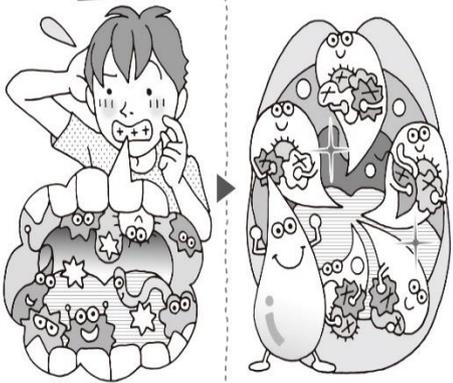
むし歯

歯垢や歯石の中のミュータンス菌が、歯を溶かして穴をあけてしまいます。

歯を守るための戦い

大切な歯みがきが人への感染のもとにならないように。感染予防の大切なマナーとして…
 ◎歯みがき中は口をとじましょう。
 ◎うがいの水を吐き出すときは低い位置からゆっくりと

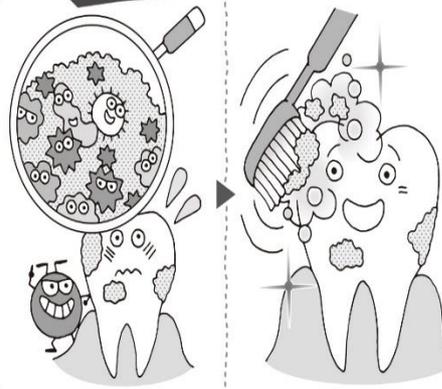
細菌 vs だ液



口の中にはたくさんの細菌がウヨウヨ

だ液がたくさん細菌を洗い流してくれる!

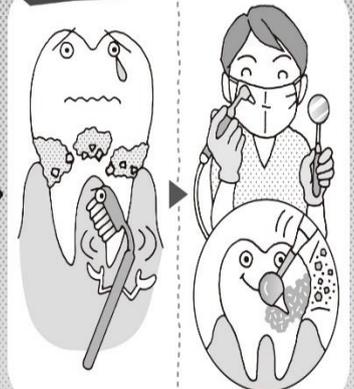
歯垢 vs 歯みがき



だ液で流れなかった細菌が増殖し、白くネバネバした「歯垢」になる

歯垢はだ液や水で流れないので歯みがきで取り除こう!

歯石 vs 歯医者さん



取りきれなかった歯垢が石灰化し、硬い「歯石」になる

歯医者さんで取ってもらおう!

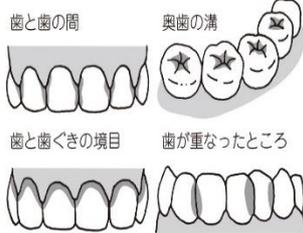
◆だ液はこんなにスゴイ!



- 細菌や食べかすを洗い流して、口の中を清潔にしてくれる
- 初期のむし歯なら、自然に修復してくれる

だ液はかめばかむほど分泌されるので、よくかんで食べることが大切!

◆歯みがきのポイント!



- 歯垢ができやすい場所を特に注意してみよう
- 歯ブラシが届かないところはフロスや歯間ブラシを使おう

◆定期的なプロケアを!



半年に1回は行おう!

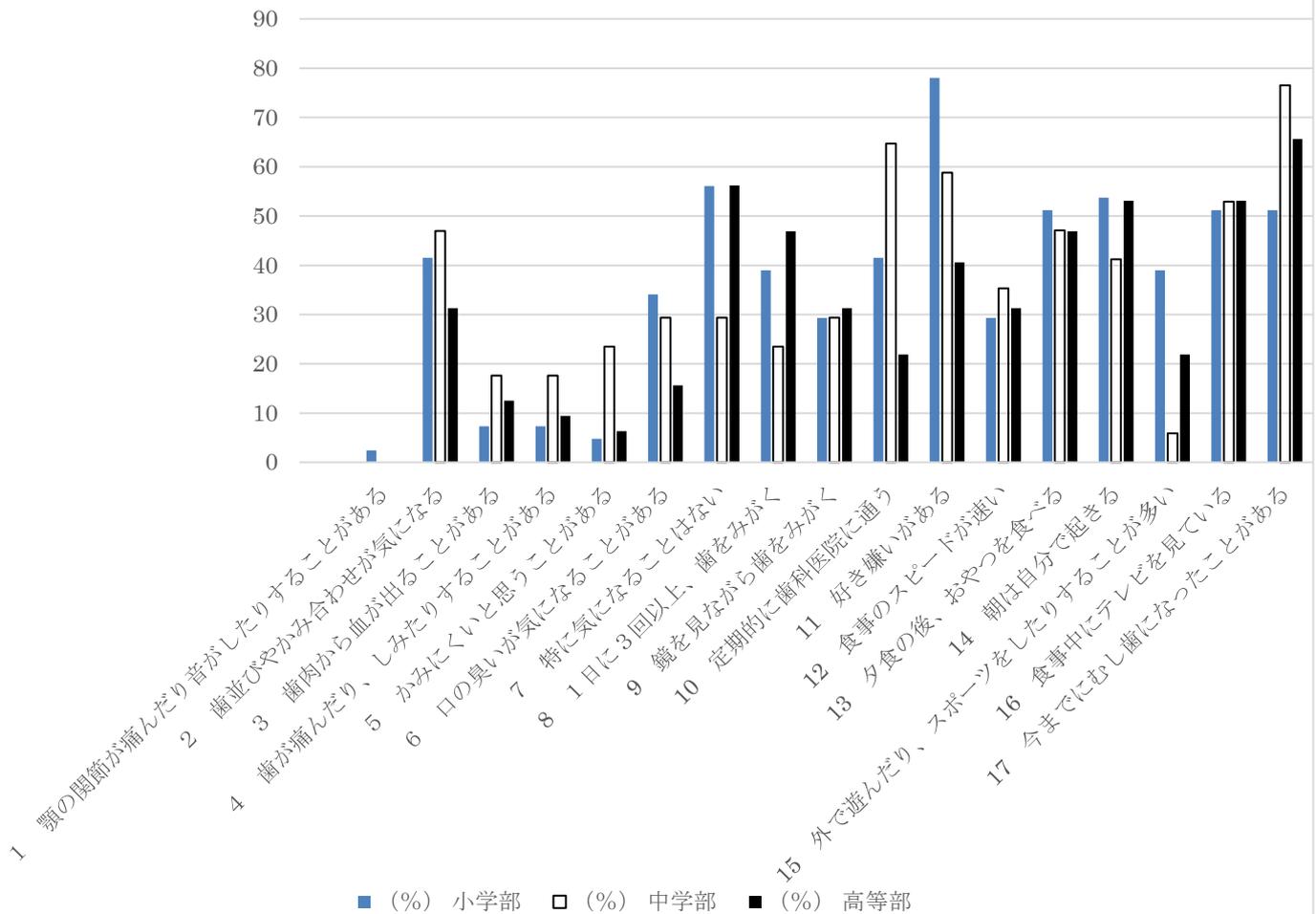
歯石になってしまつと、歯みがきでは取り除けないので、歯医者さんで定期的に取りってもらいましょう



おうちの方へ

歯科保健調査票のご提出ありがとうございました。5月31日と6月2日に歯科健康診断があり、小学部では事前に受け方の練習をしてくれ、歯科医の味八木先生もいそがずやさしくみていただき、みなさん安心して受けることができたと思います。学校では検査場が歯科医院と違うため健診結果は見込みとなりますので、異常があればかかりつけでみてもらってください。

保健調査票（歯科用）集計



割合の多かった項目

	小学部	中学部	高等部
1位	・特に気になることはない 56.1%	・今までむし歯になったことがある 76.5%	・今までむし歯になったことがある 65.6%
2位	・朝は自分で起きる 53.7%	・定期的に歯科医に通う 64.7%	・特に気になることはない 56.2%
3位	・夕食の後おやつを食べる ・食事中にテレビをみている ・今までにむし歯になったことがある 51.2%	・好き嫌いがある 58.8%	・朝は自分で起きる ・食事中にテレビをみている 53.1%

歯と口の健康は全身の健康につながります。日頃から歯磨きをして、定期的にチェックをしてもらうことがむし歯や歯周病予防のポイントです。むし歯予防にはフッ素剤によるうがいも効果があります。かかりつけの歯科医に相談してください。治療が必要な場合は早めにみてもらいましょう。

ほけん だより 6月

みくまの支援学校 保健室
令和4年6月16日 No.7

学校の紫陽花も咲いて、そろそろ近畿地方も梅雨入りでしょうか。湿度が高い日は熱中症に要注意です。今週からプール水泳がはじまりました。安全に楽しくおこなえるよう、次のことに気をつけましょう。

プール水泳がはじまりました！

〈おうちの方へ〉

プール水泳のある日はプール水泳専用の健康観察カードへの記入をお願いします。



体調で気になることがある人は先生に伝えましょう

日頃から、睡眠や栄養をきちんととって、体力をつけておきましょう。ケガや事故の予防のためにも。

健康観察

熱について	体調について (あてはまるところに チェックをし、その他 あれば記入を してください)	ケガについて	睡眠について	朝食について
月 日				

プールには入れるの？感染症

○伝染性膿痂疹（とびひ）

かきむしったところの滲出液、水疱内容などで次々にうつります。プールの水ではうつりませんが、触れることで症状を悪化させたり、ほかの人にうつす恐れがありますので、プールや水泳は治るまで禁止してください

○伝染性軟属腫（みずいぼ）

プールの水ではうつりませんので、プールに入ってもかまいません。ただし、タオル、浮輪、ビート板などを介してうつることがありますから、これらを共有することはできるだけ避けてください。プールの後はシャワーで肌をきれいに洗いましょう。

○頭虱（あたまじらみ）

あたまじらみが感染しても、治療を始めればプールに入っても構いません。ただし、タオル、ヘアブラシ、水泳帽などの貸し借りはやめましょう。

○疥癬（かいせん）

肌と肌の接触でうつります。ごくまれに衣類、寝具、タオルなどを介してうつることがありますが、プールの水でうつることはありませんので、治療を始めればプールに入っても構いません。ただし、角化型疥癬の場合は、通常の疥癬と比べ非常に感染力が強いため、外出自体を控える必要があります。

「平成 27 年 5 月 日本臨床皮膚科医会・日本小児皮膚科学会・日本皮膚科学会」

夏はとびひに気をつけよう



コロナ対策

更衣室では距離をとって着替える。密にならないよう泳ぐ。大声を出さない。使った蛇口等はアルコール消毒をする。等です。

保護者の方へ

日本スポーツ振興センター医療給付金の支払い方法が変わります。

従来、学校でのけが等で受診し日本スポーツ振興センターで給付対象となった場合、医療費等は保護者等に現金でお渡ししていましたが、令和4年6月請求分より医療費等は保護者等の口座振り込みとなります。

つきましては、申請が必要になった場合、口座振込先の登録のため保護者等から「債権・債務者登録申出書」等を提出していただくこととなりますので、よろしくお願ひします。

また、申請には期限がありますので、早めの提出をお願いします。

<債権・債務者登録申出書の記入方法>

別記第3号様式(第17条関係)

下記の網掛け部分については、記入不要です。

債権・債務者登録申出書

登録番号

申出者

申出者

担当者

申出者は災害共済給付金の申出者(保護者)となります。

登録区分

共通

特定

種別

フリガナ

キョウウイクジロウ

氏名

名称

教育 二郎

災害共済給付金を受取る保護者(申出者と同じ)の氏名を記入してください。
振込先口座名義と同じ氏名を記入してください。

郵便番号

640-8585

市町村名

和歌山 和歌山

都道府県

和歌山

町丁目

小松原通1丁目

番地

1番地

方書

電話番号

073-123-4567

金融機関コード

金融機関名

〇〇銀行

本支店名

〇〇支店

営業所名

預金種別

1

1.普通 2.当座 4.貯蓄 9.その他(別段)

口座番号(右詰め)

01123456

口座名義人(カナ)

キョウウイクジロウ

必ず、上記の保護者名の口座を指定してください。

以下は建設業者の方のみ記入してください。

口座用途区分

前金払

金融機関コード

金融機関名

本支店名

営業所名

1. 工事代金前金払口座あり

2. 工事代金前金払口座なし

預金種別

1

1.

口座名義人(カナ)

番号

印

記入不要です。

