



ほけんだより 11月

令和5年 11月1日
豊川市立長沢小学校

例年、これからインフルエンザ感染症が流行する時期になりますが、今年はずでに流行し、ワクチンを打つ前にかかってしまったという子もいるのではないのでしょうか。インフルエンザの予防には、マスクも大切ですが、手洗いうがいがとても効果的です。11月も行事がたくさんあります。外から帰ったとき、何かを食べる前など、様々なタイミングで手洗いうがいをして、元気にすごしていきましょう★

11月8日は「いい歯の日」

11月8日はいい歯の日です。みなさん、食後の歯みがきはきちんとできていますか？小学生の間にはほとんどの歯が子どもの歯から大人の歯に生え変わります。生え変わったばかりの大人の歯は、むし歯になりやすいので、特にねんいりに歯をみがいてほしいと思います！また、11月9日に後期歯科健診があります。対象の子には、事前にお知らせをわたすので、当日の朝はしっかり歯をみがいてきてくださいね！

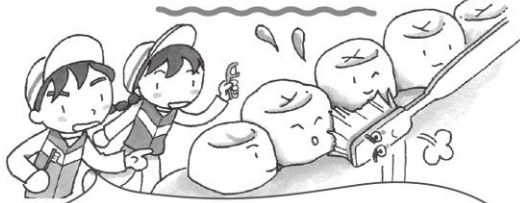
みがき残しはないかな？

歯みがきパトロール隊

軽い力で、こぎざみに動かすのがポイントだよ

みがき残しやすいところ ①

歯と歯のあいだ



歯ブラシの毛先が届くようにみがこう。
それでも届かないところは、デンタルフロスを使うときれいに取れるよ。

みがき残しやすいところ ②

歯と歯ぐきのあいだ



歯と歯ぐきのあいだに汚れがたまると、歯ぐきが腫れる歯周病になるかも。歯ブラシを45度の角度であてると、きれいにみがけるよ。

みがき残しやすいところ ③

奥歯の裏やかみ合わせの溝



奥歯の裏は、歯ブラシを斜めにすると毛先が届きやすいよ。奥歯のかみ合わせの溝は、歯ブラシを90度にあてていねいにみがこう。

みがき残しやすいところ ④

前歯の裏



下の前歯の裏は、歯ブラシのかかるとでかき出すようにするといいよ。上の前歯の裏は、歯ブラシを縦にして1本1本みがこう。



保護者のみなさまへ

• 置きお茶について

置きお茶を 10 月末で一度終了とさせていただきます。初めての試みでしたが、多くの置きお茶が集まり、猛暑日が続いても水分不足になる児童は少なく、熱中症予防につながりました。置きお茶へのご協力ありがとうございました。

• 後期歯科健診について

11月9日木曜日に後期歯科健診があります。前期歯科健診の結果から、経過観察が必要とされた者、または前期歯科健診未受診者が対象となります。対象となるお子様には、事前にお知らせをお渡しさせていただきます。当日の朝は歯みがきができているか、ご確認をよろしくお願いいたします。

• 食物アレルギー調査票について

毎年行っている食物アレルギー調査を実施します。食物アレルギーは成長に伴い、新規に発症することがあります。お子様が安全に教育活動を実施できるように、ご協力をよろしくお願いいたします。11月7日に調査票の配付、11月14日に回収となっています。該当する項目のチェックや記入をよろしくお願いいたします。

