

6月のほけんだより

枚方市立長尾小学校

全学年の歯科検診が終わりました

今年度は歯科の先生にとっても詳しく歯の状態について教えてもらいました。そのため、「上顎前突・反対咬合・正中離開」など歯並びの特徴についても受診勧告書に記入しています。このような記載があった方は、ネット等で検索してもらい、自分の特徴について知っておいてください。

6/4～6/10 は歯と口の健康習慣です。歯科検診で虫歯があるとされた人も言われなかった人も、しっかり歯磨きをして、歯をきれいにしてくださいね。



《永久歯が生えるスペースが足りないって??》

今回、上記のような診断が出ているが経過観察になっていて、どういうことだろうと思った方がいらっしゃるかもしれません。小学生は乳歯から永久歯へとどんどん歯が生え変わる時期です。そのため、歯と歯の間に次の歯が生えるスペースが開いている児童がたくさんいますが、その開いているスペースが今は少し狭いという場合があります。

成長するにつれあごが発達し大きくなり、前から4番目と5番目の歯（第一、第二小臼歯）は乳歯より永久歯の方が小さく生えてきます。だから今スペースが足りないと言われていても、将来的には永久歯が生えるスペースが確保できることがあります。しかしもしスペースが足りないままだと永久歯の歯並びに影響が出ます。そのため経過観察をしっかりおこなってもらえればと思います。



プール授業が始まります!

今年は3年ぶりにプールの授業があります!プールに入るときに気を付けたいことをしっかり確認し、楽しいプール学習ができるようにしましょう。

前日までにすること

① 早めに寝て、しっかり睡眠時間をとる

寝不足だと泳いでいるときに具合が悪くなってしまう可能性があります。

② 手と足の爪を切っておく

爪が長いと泳いでいるときに自分や友達を傷つけてしまうかもしれません。

③ 耳掃除をし、体をきれいにしておく

みんなで入るプールです。前の日はお風呂に入って清潔にしておきましょう。

当日にすること

① 健康観察をする

頭が痛い、お腹が痛い、熱があるなど具合が悪くないか体調を確認しよう。

② 朝ご飯をしっかり食べてくる

お腹が空いた状態だと力が出ませんし、具合が悪くなる可能性もあります。

③ プールの前にトイレはすませておく

プールに入ってお腹が冷えるとトイレが近くなることもあるので、事前にすませておきましょう。

このほかにも病気やけががあるときは事前にお医者さんに相談してください。当日の体調不良については、先生に伝えて下さいね。プールの授業の間はマスクを外すので、特に感染対策を心がけてください。