

ほけんだより 9月

うち ひと よ
お家の人と読みましょう！



なつやす ちゅう けんこうかつどうしやうかい ☆夏休み中の健康活動紹介☆



おやこ じどう かんそう 親子はみがきチェック【児童の感想】

- ・うえのはがあかかったのでびっくりしました。(1年生児童)
- ・色んなところが赤くそまっていたから、こんどからいっぱいみがく。(2年生児童)
- ・もうちょっと歯と歯のあいだをみがきたい。(3年生児童)
- ・もっと汚いと思っていたけど意外ときれいだった。奥歯が特にきたなかつた。これから、色が付いてしまった所に注目して歯をみがきたいと思いました。(4年生児童)
- ・思ったよりみがけていました。歯と歯のすきまにみがき残しがあつたので、すきまをちゃんとみがきたいと思いました。(5年生児童)
- ・前歯の裏側、歯と歯の間、奥歯の溝に気を付けてみがきたいです。(6年生児童)



おやこ ほごしや かんそう 親子はみがきチェック【保護者の感想】

- ・赤くなる所が少ししかなくて、普段の仕上げ磨きのやり方は合つてたんだと自信がつきました。でも、うっすら色が残るところもあつたので、そこは重点的にやつていこうと気付いて良かったです。(1年生母)
- ・意外ときれいに磨けていました。やはり、歯間は磨き残しがありました。子どもの頃に歯医者でやりました。大人になって久しぶりに体験したが、大人でも磨き残しがあつた。子どもの仕上げ磨きは特に気を付けないと、すぐむし歯になりかねないのでしっかり磨かないといけないと強く思えたいいい経験となりました。(1年生父)
- ・歯と歯の間、特に右側に赤い所があることが分かりました。自分のくせが分かり、面白かったです。子どもと楽しみながらはみがきチェックができました。毎日のことなので、今回発見した右側のみがき残しがないように気を付けながら歯みがきしたいと思います。(2年生母)
- ・すき間にみがき残しがありました。でいねいにみがいているつもりでも、汚れが残っているんだなと実感しました。娘と一緒にみがき残しが無いように、ていねいにみがいて歯の健康を保つていきたいと思つています。(3年生父)
- ・歯科医の定期健診の結果、毎回「完璧！」と言われております。(5年生祖父)
- ・ちゃんと磨いたつもりでも、磨き残しがあつたので、歯間ブラシなども使いながらていねいに磨くよう心掛けたいです。子どもたちの歯みがきのくせが分かつたので、磨き残しのないよう指導したいと思つています。(5年生母)
- ・この親子はみがきチェックも今年で6年目になりました。お互い歯を診ながらどこがみがけていないのか教え合い、これからも気を付けてみがくように話をする夏休みは、今年が最後になるかなと思つと少しさみしいなと感じました。歯は一生使うものなので、これから先も大切にしたいと思つています。(6年生母)

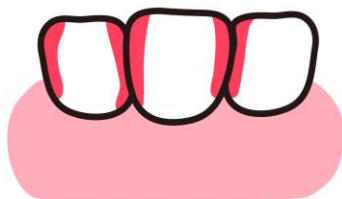


☆みがき残しの多いところ☆

みなさんが実際に染め出しをしてみた後の感想の中にもありましたが、次のようなところが「みがき残しの多いところ」です。意識をして、ていねいに歯みがきをしましょう。



歯のうらがわ



歯と歯の間



歯と歯ぐきの間



おく歯のみぞ

保護者の方へ

平素より、本校の健康教育にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。毎朝の健康観察の実施や、学校への迅速な電話連絡等もありがとうございます。朝晩と寒くなり、体調を崩しやすい時期です。引き続き、朝の健康観察の実施、及び体温調節のできる服装の準備、声掛け等をよろしくお願いいたします。また、運動会が終わり、心も体も疲れが出る頃です。「いつもと違う」お子さんの様子はSOSのサインかもしれません。是非お子さんの話に耳を傾けてあげてください。お子さんの話を聞くとときに大切なポイントとして、『8対2の法則』というものがあるそうです。ついカッとなって怒ったとき、あるいは注意したりするとき、あれもこれも言い過ぎてしまいがちです。しゃべりすぎていませんか？お子さんの会話を遮っていませんか？子どもと親の理想的なバランスは子どもが「8」話したら、親が「2」話す、これくらいがちょうどいいそうです。（「本当に大切にすべき親子の習慣」より）もし、お子さんについて困ったこと心配なこと等あれば、ご家庭と学校と連携しながら、お子さんを見守っていきたいと思います。いつでもお気軽に学校までご連絡ください。

「親子はみがきチェック」ありがとうございました！

今年度も、「親子はみがきチェック」を実施してくださりありがとうございました。コロナ禍で、学校での染め出しが実施できない中、お家で、お父さん、お母さん、おじいさんと一緒に、染め出しができたこと、お子さんが一番喜んでいることと思います。また感想の中の多くに、「仕上げ磨きをていねいにしたい。」「歯は一生使うので大切にしてほしいし、自分も丁寧なブラッシングを心掛けたい。」というお家の方の高い意識が見られ、学校歯科医の伊藤先生からも「川上の子は口の中が綺麗。



むし歯の子が少ない。」と褒めていただける理由がよく分かりました。引き続き、口と歯の健康保持のため、ご家庭で話題にしていただけたらと思います。お忙しい中、ありがとうございました。