

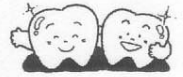
# ほけんだより 6月

貝塚市立二色小学校  
保健室  
2010年 6月



## ミュージアンの話 6月4日～10日は歯の衛生週間です

6月8日(火)、児童集会で保健委員会の子も達が、歯についてのミニ劇をしました。



6月4日は6は「ム」  
4は「シ」で「ムシ」。  
ということで、むし歯予防デー  
です。

今年は、ミュージアンが  
二色小学校に来てい  
るようです。

クイズにまちがえた子たちは、  
ミュージアンの国に連れて行  
って、むし歯にしてやる!!

むし歯のバイキンの名前は、  
ミュージアンといいます。

これを見て!!

大昔は、ハブラシがなかったのに、  
歯がとても丈夫で、むし歯はほとん  
どありませんでした。

昔の夕ご飯は・・・  
もち米と玄米のおこわ  
貝の汁  
魚の干物  
デザートはくるみと栗でした。

わあ!!ハブラシだ!  
にげる～!

この食事を食べるのに、  
4000回も食べ物を  
かんでいたそうです。

食べ物をよくかむと、いいことが  
たくさんあります。

歯ならびがよくなる  
口の中の汚れを洗い流してくれる  
おなかの調子がよくなる  
頭の働きがよくなる  
食べ物の味がよくわかる  
がんの予防になる

この食事を食べるのにかんだ回数  
620回、わずか11分で食べ終わ  
ってしまいました。

今の夕ご飯は・・・  
コーンスープ、スパゲティ  
ポテトサラダ、ハンバーグ  
プリン、パンなどといった  
あまりかまなくても食べら  
れるやわらかいメニューが  
多くなっています。

### 感想を紹介します

けきを見て、むし歯のたば、  
何回もたばをのちをかんで  
いたことがわかりました。  
まくわごとで、むし歯はかす  
くなくなら、ことがわかり  
ました。  
むし歯のデザートがくる  
ミとか、かたいものでは、  
むし歯もむし歯もかきとります。

あんぱん、そうかあるとほ  
おもしろかったです。  
ミュージアンと、さとうのかわ  
かりました。  
わたしも、はみがき、かん  
ぱります。  
さとう、ちやうと見たかったです。

ミュージアンが、むし歯のたば、  
さとう、ちやうと見たかったです。  
さとう、ちやうと見たかったです。  
さとう、ちやうと見たかったです。  
さとう、ちやうと見たかったです。

歯は、4000回もかんで、いたのに、  
今は、400回しかかんでいない。  
歯を、かんで、むし歯、かきとります。  
歯を、かんで、むし歯、かきとります。

ほけんだより、むし歯、かきとります。  
ほけんだより、むし歯、かきとります。  
ほけんだより、むし歯、かきとります。

### 【うれしいこと】

1年生の子がトイレを失敗して、泣いていました。それを見かけた6年生のお姉さん。「大丈夫だよ」「泣かなくてもいいよ」などとやさしく声をかけながら、先生を呼びに行くなど、てきぱきと動いてくれました。

6年生、大活躍でした!ありがとう。



5月25日、二色小学校の欠席者、ゼロでした!

保健委員会のみんなが、歯を、かんで、むし歯、かきとります。  
保健委員会のみんなが、歯を、かんで、むし歯、かきとります。



保健委員会のみんなが、歯を、かんで、むし歯、かきとります。  
保健委員会のみんなが、歯を、かんで、むし歯、かきとります。

## ～ おうちのかたへ

けんこうしんだん  
健康診断

## ほぼ終わりました

今年度の健康診断も、終わりに近づいてきました。「お知らせ」の用紙は、健康診断で疑いが見つかった子どもさんにだけお渡ししています。ただ、用紙をお渡ししていなくても気になるようなことがありましたら、病院で診ていただくことをお勧めします。

また、何度もお知らせしていますように、学校での健康診断はスクリーニングといて疑わしい子をピックアップするというものです。したがって、病院で診ていただいた結果と違うこともあることをご了承下さい。

もうすぐ学校水泳が始まります。水泳は、思わぬ事故が起こることがあります。体調がすぐれないときは、早めにお医者さんに診ていただきますようお願いいたします。

また、目や鼻、耳の病気が入水によって悪化しやすいものです。検診で見つかった子どもさんはもちろん、それ以外の子どもさんも、気になる症状があれば、学校水泳が始まるまでに診ていただくことをお勧めします。



### 耳鼻科検診より (小池先生)

耳垢がたまった状態で水泳をすると、耳の中で炎症を起こしてしまいます。学校水泳の前には、必ず耳そうじをしてください。

また、お家の方の膝枕で耳そうじをしてあげることは、親子のスキンシップにもなります。

ただ、お子さんの耳そうじをするのが怖いという場合は、そのまま放っておくのではなく、耳鼻科で耳そうじをしてもらってください。耳そうじのためだけに耳鼻科に来られる方も多ようです。



### ヘッドホン難聴について

昔はヘッドホンでしたが、現在は、携帯電話やアイポットなど、イヤホンから大音量を長時間聴き続けることによって、起こる難聴です。

神経をいためてしまうため、治ることはなく、治療は悪化していくことを抑えるしか、今のところ方法はありません。最初は高音が聞こえなくなり、最終的にはすべての音が聞こえなくなってしまいます。

音楽を聴くときには、スピーカーから聴くようにしましょう。



### 突発性難聴について

突然、大きな音を聞いたときに起こります。(コンサートやライブでスピーカーの前だったなど)。また、感染症から、ウイルスが入って起こることもあります(おたふくかぜ、水ぼうそうなど)。

自覚症状として、耳に膜がはった感じになります。子どもさんの場合は「耳がわんわんする」や「何か耳がおかしい」などと訴えることが多いようです。

10～2週間以内に治療を始めれば治りますので、何かおかしいな・・・と思ったら、すぐに耳鼻科で診ていただく必要があります。



### 歯科健診について (衣川先生)

学校での検診は、疑わしい歯もお知らせしていますので、病院での結果と違うこともあります。また、かみ合わせ、歯並びについては、保険のきかないこともあります。各ご家庭でご判断の上、かかりつけの歯科医とご相談ください。

※歯科検診で使い捨てのミラーを使用します。

自分が使ったものは持ち帰りますので、ご家庭でみがき残しのチェック等にお使いください。

