

のびのび



平成 23 年 6 月 21 日(火)

鳥丸小 保健室

No.7

お家の方と読んでね!

6月の雨は、とっても元気がいいですね。雨の音は「びちゃびちゃ」より「どしゃどしゃっ」とたたきつけるような音。水量を増した川も「ザ～ザ～」より「ド～ド～」と、うなり声をあげているようです。川も木も山も風も6月の雨にあわせて色々な音を奏でています。6月の雨の合唱団のようです。今日の雨はどんな音?みんなも色々な音を見つけてみてね!(先生のお家のねこは、外に出られなくて寝てばかり・・・すやすや「ス～ス～スピスピ。」寝息を立てて寝ています。音は・・・「ス～ス～スピスピ」)

6月の保健目標は「**歯を大切にしよう。**」です!

今月は学級活動で各学級歯科指導を行いました。毎日使っている歯ですが、一生使う大切な体の器官であるということは、なかなか認識できはけません。年齢にあった取り組みで、歯に対する意識が少しでも高まってくれたらいいと思います。

1・2年生 「歯の王様6さい臼歯」

この年齢には、6歳臼歯や前歯が生え替わり乳歯と永久歯の混ざった状態です。歯には色々な形があってそれぞれ働きがあることや、6歳臼歯の特徴である「大人の歯で一番最初に生えてくること、噛む力が一番強いこと」などを学習し、正しい歯みがきで6歳臼歯を虫歯から守る方法を学習しました。



歯の役割は?前歯は「かみきる」犬歯は「きりさく」奥歯は「すりつぶす」!!
歯みがきで歯を守るぞ!
シュッシュ!

3・4年生は「かむことのカ」

噛むことは、顎の発達をよくするだけでなく、唾液の分泌を促し健康な体づくりのために大切な役割をしています。成長期にあるこの時期に、かみ応えのある食べ物をよく噛んで食べることで顎を発達させ、これから生え替わってくる永久歯が、きれいに生えてくる準備をすることも大切です。

授業後の児童の感想(これから気を付けたいこと)

- ☆ 歯がガタガタなのであごを強くしたいです。そのために、やわらかい物だけではなくかたい物をたくさん食べたいです。
- ☆ たくさんかんで食べる。やわらかい物だけじゃなくて固い物も食べる。
- ☆ 歯みがきをちゃんとし、あごを広くしたいです。
- ☆ 給食などをしっかりかんで、歯の並び方などをきちんとする。



昔の人と現代の人の頭がい骨を比較しました。昔の人はあごが広いね!

5・6年生 「めざせ8020」

「8020運動」とは「80歳で20本の歯を残そう」という取り組みです。最近の調査では80歳での現存歯数が平均で8.9本という残念な結果も出ています。歯が健康に与える影響は様々で、噛むことが出来なくなることもちろんですが、はっきりとした発音が出来なくなることによってコミュニケーションの不足につながる、痴呆の進行を促進させてしまうなど、日常生活を楽しむことから遠ざけかねません。

子どもの時から「正しい食生活」「正しいブラッシング」「むし歯の治療(定期検診)」を行い「8020運動」を実行できるように心がけてほしいです。



これから気を付けたいこと

- ☆ 歯の溝や歯周ポケットなど、あまり意識して磨かないところに気を付けたいです。
- ☆ 溝のところがみがき残しがあつたから、今日習った歯を磨く順番を守っていねいに磨きたいです。

児童集会 保健・給食委員会の発表

6月20日(月)児童集会で、保健・給食委員会による虫歯予防の劇の発表と歯の標語の表彰が行われました。何週間も前から劇のシナリオを考えたり、小道具を作成したり、セリフを覚えたり、委員会活動の時間や昼休みを活用して一生懸命取り組んでくれました。

虫歯強盗団 4年 ○○○○さん
6年 ○○○○さん



虫歯になっちゃった! 3年 ○○○○さん
歯ブラシ刑事 5年 ○○○○さん

主題「はがぬすまれた!」

歯みがきをしない子どもの歯を盗む「虫歯強盗団」が登場! 歯ブラシ刑事は、強盗団を逮捕し、取調室で反省を促します。

みんな歯を盗まれないように、毎日しっかり歯磨きしてね!!

今年も一人一人が歯に関する標語を考えてくれました!
各学年から1名ずつステキな標語を表彰しました♪

☆ 1年生 ○○○○さん ピカピカ賞

「はみがきで むしばをなくそう キュッキュッキュッ」

☆ 2年生 ○○○○さん ツルツル賞

「白いは まぶしいえがお ステキだな」

☆ 3年生 ○○○○さん キラキラ賞

「ハブラシと コップの力 みせてやる!!」

☆ 4年生 ○○○○さん キュッキュッキュッ賞

「朝、昼、夜 ごはんを食べたら 歯をみがこう」

☆ 5年生 ○○○○さん ピカリン賞

「あなたの歯 一つ一つを大切に」

☆ 6年生 ○○○○さん ツルリン賞

「歯っ歯っ歯っ おれ様ハブラシ バイきんたいじ」

歯の標語



これからも、みんなピカピカ光った健康な歯で元気よく笑って、ごはんをモリモリ食べて大きく成長してね!