

木下小のみなさんと保護者の方へ



1学期もあっという間に半分が過ぎてしまいました。日々の健康観察にご協力いただき、ありがとうございます。

今月から水泳学習が始まります。夏休み中の海や川などでの事故を防ぐために水に慣れる学習です。

この2年間はコロナ感染防止のために実施できませんでした。3年ぶりの水泳学習になります。3年生以下は小学校初めての水泳学習。久しぶりのマスクを外しての活動。声を出さないように気をつけながらの活動・・・。

不安なこともあります。子ども達の安全を第一に考えて実施していきたいと思えます。ご家庭での健康観察、朝食摂取や十分な睡眠など、お子様の体調を整えた状態で参加できるよう、引き続きご協力をお願いします。

6月の保健目標

歯の健康を考えよう

令和4年度歯科健診結果

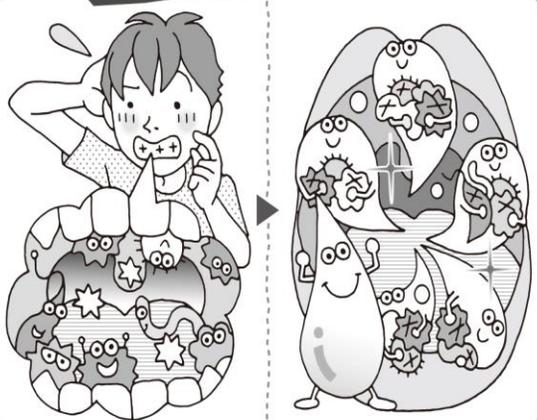
現在、給食後の一斉の歯みがきはしていません。引き続きご家庭でお願いします。

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
歯科健診を受けた人数	33	25	35	37	44	45
むし歯がない人の数	24	17	26	21	29	40
むし歯の治療が終わっていた人の数	3	1	4	8	5	4
むし歯があった人の数	6	7	5	8	10	1

歯を守るための戦い

□ の中では、たくさんの細菌が歯垢・歯石になって悪さをしようとしています。阻止するためには、「だ液」「歯みがき」「歯医者さん」の力が必要！戦いに見事勝利し、健康な歯を守りましょう！

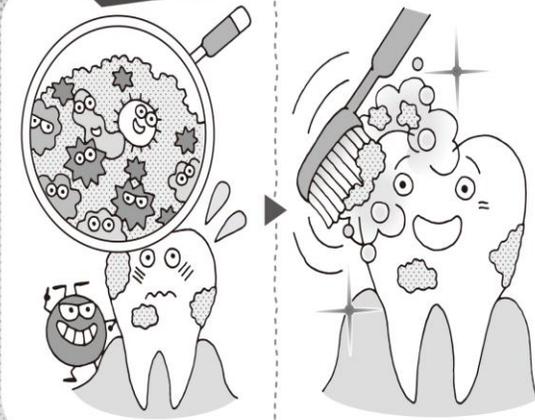
細菌 vs だ液



口の中にはたくさんの細菌がウヨウヨ

だ液がたくさんの細菌を洗い流してくれる！

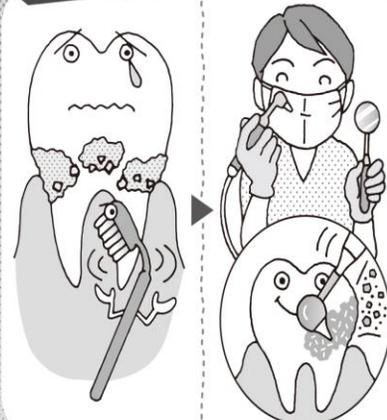
歯垢 vs 歯みがき



だ液で流れなかった細菌が増殖し、白くネバネバした「歯垢」になる

歯垢はだ液や水で流れないので歯みがきで取り除こう！

歯石 vs 歯医者さん



取りきれなかった歯垢が石灰化し、硬い「歯石」になる

歯医者さんで取ってもらおう！

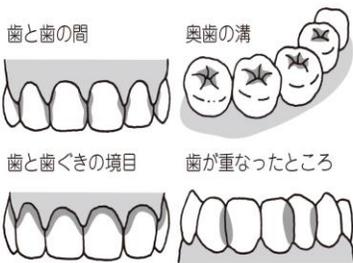
◆だ液はこんなにスゴイ！



- 細菌や食べかすを洗い流して、口の中を清潔にしてくれる
- 初期のむし歯なら、自然に修復してくれる

だ液はかめばかむほど分泌されるので、よくかんで食べることが大切！

◆歯みがきのポイント！



- 歯垢が得意な場所を特に注意してみよう
- 歯ブラシが届かないところはフロスや歯間ブラシを使おう

◆定期的なプロケアを！

半年に1回は行こう！



歯石になってしまうと、歯みがきでは取り除けないので、歯医者さんで定期的に取り除けましょう



ツボミスクールはワコールさんに行っている下着教室です。



ワコールさんにある科学的なデータを基に、成長期の女子の体の変化や、その時にあった下着について具体的に教えていただきました。体にあった下着を着けることは、自分自身を大切にすることにもなりますし、防犯上も大切なことです。でも、子ども達としてはどうして良いのか…、周りの目も気になるし…。そんな不安もあるのだと思います。今回の教室が家族との会話や下着を着けるきっかけになってくれたらと願って企画しました。

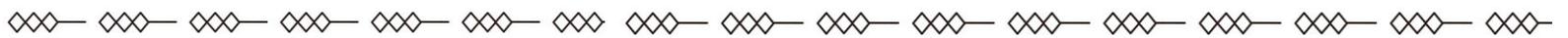
第1部として4年生女子を対象にお願いしました。ツボミスクールの前に保健体育の授業中で「体の成長」について学んでおりました。それを踏まえてのスクールとなりました。はじめは恥ずかしそうにしていた児童も、後半はしっかりお話を聞いていたようです。

その間、男子児童を対象にわかばスクールとして、男子の体の仕組みを学びました。その後、赤ちゃん人形を抱く体験や、「育児は男女で協力できる」ということについて、考えました。どの子どもとも真剣に取り組んでいました。

第2部は保護者のためのツボミスクール。参加者は少なかったのですが、とても充実した会になったようです。下に参加して下さった方の感想を載せましたのでご覧ください。お子さんが3年生くらいから、保護者の方は気にかけていらっしゃるのだということが、うかがえました。

また、数部ですが当日配布した資料「MY BODY BOOK」がありますので興味のある方はお声かけください。

親子一緒のスクールがあったら…というご意見をいただきました。お子さんとその親御さんが同じ日に学ぶことで、家庭での話題が進むと思います。同じ時間の開催は難しいようですが、来年度も児童と保護者のツボミスクールを同じ日に開催したいと考えています。児童の対象は4年生です。またご検討ください。



子どもの成長が早く、突然の下着選びに困惑していました。今日の下着メーカーさんの説得力のあるお話と、実際の成長の写真をみる事ができてとても安心することができました。良い機会になりました。



人にはなかなか聞く事ができない内容をわかりやすく説明してもらえてよかったです。子ども達も直接話を聞いて、不安やこれからの成長のことができて良かったと思いました。あっという間の50分でした。



今まではあまり深く考えずにいました。上の子が4年生になり、3年生の終わりくらいから「しこり」などを訴えるようになって、「そろそろ準備を」と考えていました。そのタイミングでお話が聞けて本当に良かったと思いました。参考にさせていただきます。

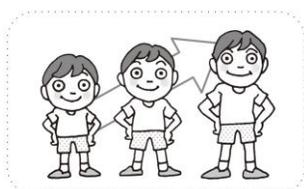
あとは、担当者さんの娘さんとのお話だったり、初経が来たときのお祝いのことだったり、普段聞けない話が聞けてとても勉強になりました。

先生のお話がおもしろくて楽しく学べました。自分の時のことなど思い出しながら話を聞きました。自分のことはあまり覚えていなかったのですが、今日のお話を聞いて少し詳しく子どもに説明ができそうです。実際に対応するときに慌てないでいられると思います。



ちょうど体の本や生理について読みやすい漫画形式で楽しく勉強し始めたところでしたので、まさに知りたいタイミングでした。下着選びはとても参考になりました。子どもと一緒にテキストを読み直し、父親も含めて(一緒に話せる年齢)勉強したいと思います。

成長の段階や下着を着けるタイミング、種類など、とてもわかりやすかったです。内容も濃くおもしろく受講させていただけてよかったです。



とても参考になりました。コロナもあると思いますが、学校でやるのであれば、親子一緒に参加できるようになっていると良いなと思いました。6年生の親ですが、もう少し早く知って入れれば、早くから体にあった下着を選んであげられたのと思いました。早速買いに行こうと思います。

紙面の関係で、いただいた感想を内容ごとにまとめさせていただきました。感想を提出していただき、どうもありがとうございました。