

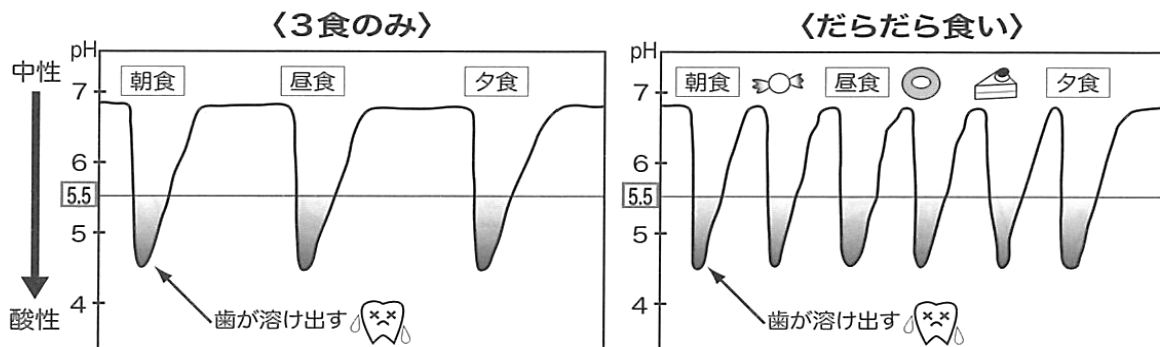
2年生の自然体験学習が無事に終わりました。今月は1年生の校外学習が控えています。4月に進級・入学して2カ月がたち、やっとリズムがつかめてきた頃でしょうか。部活動の時間も長くなります。疲れをためず、十分な睡眠をとるよう心がけましょう。

また、衣替えの移行期間が終わりましたが、梅雨寒で気温が下がることがあります。朝から体調が悪い時にはシャージを持ってくるなど、自分の健康管理をしっかり行うようお願いいたします。

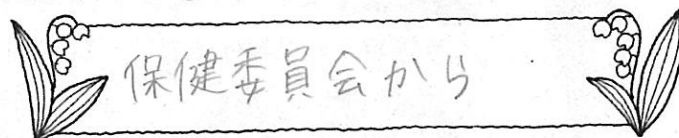
6月はむし歯予防強化月間です

だらだら食いは、むし歯のもとです！

食事をするたびに口の中は酸性に傾き、pH5.5以下で歯の表面が溶け出します。3度の食事以外にもだらだらと食べ続けると、歯の溶け出す回数や時間が増えて、むし歯になりやすくなってしまいます。



6月



ご協力
お願いします！

6月になると、雨の日も増えてきます。うたなどか滑りやすくなるので、ケがをしないよう、注意して生活しましょう！

そして、トイレの使いち、ちゃんとごまごまか？
次入る人のことを考え、きれいにするように
心がけてごまごま。また、トイレトーパー
を床に置かないようにしましょう。



6月7日（木）**歯科検診**があります



★歯科検診を受けるにあたっての注意事項★

- ・ 朝食後に必ず**歯を磨いて来る**
- ・ 検診前には軽く**フクフクうがいをする**
- ・ 1年5～11組の人は検診が午後になります。**給食後に歯磨きを**しましょう。

歯科検診ではこんなことをチェック！

校医の先生の言葉に
耳をすませてみよう

* 下線の状態は、歯磨きをていねいにつづけることで改善します

① 歯の状態

校医さんの言葉	状態
/ (シャセン)	特に問題ありません
C (シー)	むし歯があります
CO (シーオー)	むし歯になりそうな歯があります
O (マル)	治療が済んでいる歯です
X (バツ)	治療が必要な乳歯があります

② 歯並び・かみ合わせ・あごの状態

0	特に問題はありません
1	気をつけて様子を見て ください
2	歯科医でのチェックを お願いします

③ 歯垢(しこう)の状態

0	きれいです
1	少し歯垢がついています
2	かなり歯垢がついています

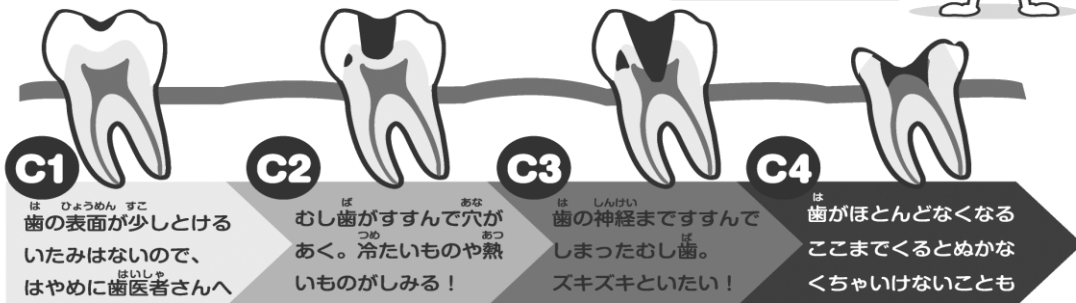
④ 歯肉(しにく)の状態 歯肉＝歯ぐきのこと

0	健康です
1	少し炎症を起こしていて、 <u>注意が必要です</u>
2	炎症がひどくなっていて、 <u>歯医者での治療が 必要です</u>



むし歯のすすみかた

シーオー
CO :
歯が白っぽくなっている
むし歯のはじまり



※ CとはCaries (カリエス : Dental Caries=むし歯) のことです