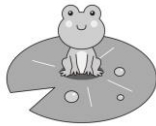


すこやか



令和6年 6月
鴨池小学校 保健室
ほけんだより

おうちの方と
いっしょに

6月4～10日は『歯と口の健康週間』です

歯科検診の結果より

※結果より、歯と歯ぐきについてお知らせしたい部分をピックアップしています。

(人)

	すべての歯が健康な人	むし歯があった人	歯ぐきにはれがみられた人
1年生	51	17	2
2年生	53	18	2
3年生	42	15	4
4年生	59	13	1
5年生	54	11	1
6年生	57	9	1
全校	316	83	11

すばらしい!きれいな歯を大切にね!!

早めにちりょうしてね!

ていねいに歯をみがこう。

予防のポイント

歯を失う原因のほとんどが、むし歯と歯周病(歯が抜ける)です。

この2つの病気は毎日の心がけて予防できます。



1

よくかんで食べる



唾液が出て口の中をきれいにする。

2

間食は時間と量を決める



おやつ後も歯みがきをするとよい。

3

食後の歯みがき



とくにねる前はしっかりと、ていねいにみがく。

4

定期的に受診する



歯医者さんに歯こうを取ってもらうのは歯周病予防にもなる。

☆☆☆ 『**図画・ポスター・標語作品展**』結果のお知らせ ☆☆☆
 <図画・ポスターの部> ★銅賞 3-1 寺内 千遥 さん

たくさんの参加
ありがとうございました!



「プライベートゾーン」

水着でかくれるところは、自分だけのだいじなところで、「プライベートゾーン」といいます。

また、水着でかくれていなくても、口や顔など、さわられて「いやだなあ」と思うところは、あなたのプライベートゾーンです。

お風呂に入るときや、病院でお医者さんにみてもらうとき以外は、「見たり・見せたり・さわったり・さわられたり」してはいけません。

からだは、
自分だけの大切なもの



自分のからだは、
みんなに見せない！
さわらせない！

水着でかくれるところは、
あなただけの大切な
ひみつのところ！

ほかの人のからだも、
見ない！ さわらない！

プライベートゾーンを「見る・見せる・さわる・さわらせる」ことは、
する側はふざけていたとしても、される側はとってもいやな思いをします。

もしも誰かが あなたの大切なところを見たり さわろうとしたり さわってきたら…

①「いや！」「やめて！」

大きな声で言おう！

がまんしなくてもいいんだよ。



② にげる

あなたは悪くない。



なんにも言わずに、

そこからにげていいんだよ

③ 話す

かならず、安心できる大人の人に

話しましょう。



森田ゆり「あなたが守る あなたの心・あなたのからだ」参照

♡ おうちの方へ ♡

「CAPおとなワークショップ」資料より

もしも、お子さんから話をされたら、どのように対応されますか？

○ 終始 冷静に 話を聞いてください。

「話してくれてありがとう」「あなたは悪くないよ」「何ができるか一緒に考えよう」の言葉かけを。

○ 子供を責めるような質問・言い方はしないでください。

「どうして?」「なぜ?」で始まる質問はなるべく避けます。

話を聞いてくれる大人との出会いは、その後 その子の人生を変えるかもしれないくらい重要です。