

保健室 だより

令和7年6月2日（月）
大島町立つばき小学校
校長 船引 洋伸
養護教諭 大塚麻理子

6月9日（月）より水泳指導が始まります。健康診断のうち、眼科・耳鼻科・内科検診を受けていない場合や、治療を終えていない、検査結果が出ていないというお子さんは、終わってから参加できます。

水泳指導は全身運動で、健康のためにはとても良い運動ですが、水中は体力の消耗も大きいので、体調不良がなく、睡眠・食事がしっかりとれているときに参加してください。



プール参加の
あいことば

すっきり 早起き



いつも 食べよう 朝ごはん



みてもらおう 爪の長さ



んぐっすり ねむって また明日



持ち物の
あいことばは
何でしたか？
覚えてるかな？



6/2（月）は 歯科検診です！

歯科検診では、こんな所を調べます

むし歯 になっていないかな？



むし歯って？

歯の表面が少し溶けたむし歯から、歯の根っこまで溶けた重症のむし歯まであります

歯並び・かみ合わせの異常はないかな？



歯周病 になっていないかな？



歯周病って？

歯ぐきの炎症です。放っておくと歯を支えている骨まで溶けてしまいます

あごの関節に異常はないかな？



歯みがきでじょうずに歯垢が取れているかな？



歯医者さんの言っている言葉は どういう意味かな？

はんたい しゃせん
E から反対 D まで斜線
E が C、下いって E が O
はんたい しゃせん
D から反対 E まで斜線…



ばん どう
番号

は まえ じぶん ばん ばん かぞ
歯は前から順番に1番、2番…と数えます。



斜線
しゃせん

むし歯になっことがない
健康な歯

O
まる

むし歯になっけれど
治療した歯

X
ばつ

抜いたほうがいいのかも
乳歯

歯医者さんへ！

CO
シーオー

むし歯に
なりかけの歯

要注意

GO
ジーオー

歯ぐきの
軽いはれ・出血

要注意

C
シー

むし歯

歯医者さんへ！

G
ジー

歯肉炎
歯周炎

歯医者さんへ！

し か けんしん けっか こどもよう
歯科検診の結果 子供用
わたし
をお渡しします！

子供たちが、自分で見て結果が分かるようにお渡し
します。自分の歯ですから、誰よりも関心をもってほ
しいからです。ただ、生え変わりの時期は磨き残しが
必ずあります。週に一度でもいいので、ぜひ小学生
の間は仕上げ磨きをしてあげてください。

秋にも歯科検診があります。(10月24日)
この時には校医の岡山先生に「むし歯は一人もいま
せん」と言っていただけ、学校でも指導してい
きたいと思ひます。ご家庭のご協力をお願いし
ます。

年

さん 歯科検診の結果



あなたの口の中の様子

むし歯は？

・むし歯はありません。

・むし歯は 本ありました。

☆むし歯がある人は早めに
歯医者さんへ行きましょう。

・むし歯になりそうな歯があります。

かみあわせは？

・歯はきれいに並んでえています。

・少し、歯並びの悪いところがあります。

歯のよごれは？

・ていねいにみがけば大丈夫です。

・歯医者さんでよごれをとってもらいましょう。

歯科校医
岡山先生より



長いマスク生活の影響もあり、あごの関節が動きに
くくなっている人が多いです。マスクをしていると、
口の周りの筋肉をあまり使わないので、あごが動く
範囲も狭くなり、口を開けにくくなってしまうのです。

参照：「健康教室」「健」