

# ほけんだより

7月号



小原中部小  
令和7年7月2日



梅雨が終わりに近づき、むしむしとした暑さが戻ってきて、本格的な夏になってきました。この時期は急に気温が上がるで熱中症に特に注意しなければいけません。汗をかいたらタオルでふく、こまめに水分補給をする、などを自分で意識できるといいですね！



## 歯科検診の結果を お知らせします！



むし歯がない人	36人
むし歯がある人	10人
歯こうがあった人	14人
歯ぐきがはれていた人	5人
歯ならびや噛み合わせに気になるところがみられた人	18人



／「受診のお知らせ」をもらった人は早めに歯医者さんにみてもらいましょう！

## のこ みがき残しが多いのはここ！



はうがわ  
歯の裏側



は歯ブラシをたてにして、  
みがきましょう！



は歯ブラシをたてにして、  
みがきましょう！



ははあいだ  
歯と歯の間



ははあいだ  
歯と歯ぐきの間  
は歯ブラシをななめにして、  
みがきましょう！



はちいうご  
歯ブラシを小さく動かして  
一本ずつていねいに！

- 歯ブラシのお手入れするか？
- 流水で洗い流す
  - 風通しの良い場所に保管する
  - 定期的に交換する
- お手入れのポイント
- 1 汚れを落としにくくなったり、不衛生になったりするかもしれません。
  - 2 湿ったままだとカビや菌が繁殖しやすくなります。乾きやすいように立てて保管するのもポイント。
  - 3 歯ブラシの背中側から見て、毛先がはみ出している時や、1ヶ月以上使っている時は新しいものにしましょう。

おなじみのパクパクくんと  
みがき残しが多いところを  
チェックしてみよう♪



# マダニに気をつけて！！

夏から秋にかけて、マダニの活動が活発になる季節です。  
マダニによる感染症は健康に大きな影響を与えるので、注意が必要です！



## マダニとは…？

大きさは3~8mmで、日本全国に生息していて、特に、草むらや畠などに多いです。  
マダニは草の上などで待ち伏せ、近くを通った動物や人間にくっつき血を吸います。

## 気をつけること

①草むらに入るときは、長そで長ズボン、運動靴や帽子を着用しましょう。

※熱中症の心配のある夏場は、通気性のよいものや薄手のものがおすすめ。ただし熱中症に注意△

②必要に応じて虫よけスプレーを使いましょう。※使うときは人が近くにいないかをよく確認！

③マダニに刺されているのを見つけたら、無理に取らず、先生やおうちの人伝え、

皮膚科などの病院を受診しましょう。

～おうちの方へ～

## 学校保健委員会のお知らせ



今年度も豊田市では市内全体で「電子メディアと心身の健康」について学んでいきます。その中でも、今年の中部小では「目の健康」を中心に取り組んでいます！@@

最近では、「裸眼視力1.0未満（つまり視力検査のB以下）」の小学生の割合が3人に1人となり、過去最高を記録したそうです。年齢別にみると、小学1年生で4人に1人、6年生になると、2人に1人が裸眼視力1.0未満になっています。（文部科学省 学校保健統計調査より）

中部小でも裸眼視力1.0未満の児童は約30%と年々増えています。視力が低下する（近視になる）と、将来目の病気になりやすかったり、日常生活に影響が出たりします。少しでも、お子さんの視力と大切な目を守れるよう、「目の健康」について学校保健委員会で学んでいきましょう♪

日時：7月9日（水）フリー参観日の3・4限

講師：名古屋医専 視能訓練士 加藤 権治 先生

題名：「親子でいつしょに目について学ぼう～今ある視力を守るために～」

★なかなか予約のとれない人気の講師さんです！！！ 専門家に「目の健康」についてお話を聞けるチャンス！親子で一緒に「目」について学びましょう！★ お気軽にご参加ください♪