



保健だより 6月号

平成 29 年度

高岡市立川原小学校 保健室



歯と口の健康週間 6月4日(日)～6月10日(土)

保健体育委員会では、6月5日(月)～9日(金)を「歯みがき週間」として歯みがきチェックや歯の健康クイズなどの活動を行う予定です。みなさんも積極的に取り組み、歯を大切にしましょう。

運動会が終わり、トレーニングの疲れが出ているころかもしれませんね。6月は梅雨入りの時期で気温の差が激しいため、日常の健康管理が大切です。十分に休養をとり、リフレッシュをして夏に向けた体づくりに励みましょう。



【身体測定結果のお知らせ】

* 網掛けは本校の方が上回る数値

性別	学年	身長 (cm)		体重 (kg)	
		本校	県	本校	県
男子	1年	116.9	116.9	20.9	21.6
	2年	123.9	122.7	25.1	24.2
	3年	128.9	128.4	27.2	27.3
	4年	134.0	133.9	30.6	30.8
	5年	137.6	139.4	32.7	34.3
	6年	151.7	145.8	43.1	38.9
女子	1年	119.3	116.0	23.5	21.1
	2年	121.5	121.8	24.0	23.7
	3年	126.5	127.7	26.5	26.6
	4年	133.7	133.7	33.7	30.1
	5年	139.4	140.4	33.7	34.1
	6年	145.8	147.2	37.1	39.1

川原っ子は、みなさんスルスと成長・発育しています。特に、男子の身長が伸びていることがわかります。ただし、個人の成長のスピードには個人差があるので、友達と比べる必要はまったくありません。心身ともに自分のペースで成長していきましょう。

【歯・口腔の健康診断結果のお知らせ】

* 5月19日現在

学年(受診者数)	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
パーセント %	(16)	(25)	(17)	(31)	(17)	(28)	(134)
むし歯がなく問題がない	68.8	32.0	64.7	32.3	58.8	50.0	47.8
むし歯(C)がある	12.5	48.0	29.4	38.7	11.8	39.3	32.8
その他(歯石、咬合など)、受診または経過観察の必要がある	31.3	32.0	11.8	35.5	29.4	21.4	27.6
「受診のおすすめ」をもらった	25.0	60.0	35.3	54.8	35.3	50.0	46.3

★ 未受診者と「受診のおすすめ」を渡された人は、早く歯科へ行きましょう。

【みがき残しの多いところに気を付けよう！】



□ 奥歯のかみ合わせ □ 歯のうらがわ □ 歯と歯肉のさかい目



□ 歯ならびが不ぞろいなところ □ 歯と歯の間

歯と口は、私たちが食べ物をとるための“入口”です。いつもきれいに、健康にしておかないと、体を作ったり動かしたりするもとなる栄養がとれなくなってしまいます。ぜひ、歯と口から体と心が元気になるように、食べ物をしっかりとかんで、歯みがきをする習慣を身に付けましょう。

しごうじよきよ
歯垢除去の
じゅうようほいんと
重要ポイント

