

ほけんだより No.3

銚子市立双葉小学校
保健室
令和4年6月14日



雨の多い季節をむかえました。この時期はむしろ暑かったり、肌寒かったりと気温の変化が激しく、体調をくずしやすくなります。疲れたと感じたら、早めに休むようにしましょう。

3つの前で歯を守ろう！

みがく前



歯ブラシをチェック

寝る前



必ず歯みがき

痛くなる前



定期的に歯科医へ行く

歯みがきのポイント！



☆みがき残しが多い場所を、特に注意してみよう！

歯と歯の間



奥歯のみぞ



歯と歯ぐきの境目



歯が重なったところ



おうちの方へ

過日、「治療のおすすめ」を配付しましたが、集団検診では疑わしい場合にチェックされますので、必ずしも病気というものではありません。

専門医にかかって検査を受けると病気ではないことも少なくありません。逆に、隠れた病気が見つかることもあります。「治療のおすすめ」をもらった人は、早めに専門医での診察をお願いします。

なお、すでに専門医を受診されている場合は、結果を今回配付した用紙に保護者の方が記入し、提出してください。よろしくお願いいたします。

マスクの外してよいときは？

○屋外では、人と2メートル以上離れることができる場合
離れることができなくても、話をしない場合

○屋内では、人と2メートル以上離れることができ、話をしない場合

		2メートル以上離れることができる	2メートル以上離れられない
屋外	話をしない	マスクを外してよい 2メートル以上	マスクをする
	話をしない	マスクを外してよい 公園での散歩やランニングなど	マスクを外してよい 外で人とすれ違う
屋内	話をしない	マスクをする 2メートル以上	マスクをする
	話をしない	マスクを外してよい 2メートル以上	マスクをする