

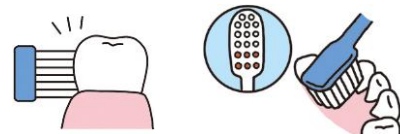


ひだまり



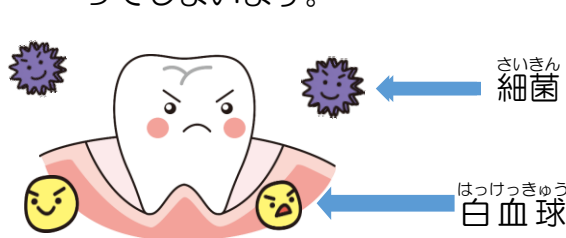
木江小学校 ほけんだより No. 5 令和5年6月27日（火）発行

「歯周病を予防しよう」

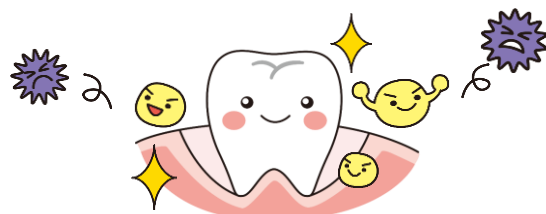


6月は、「歯の健康について考えよう」という目標を持って、ていねいな歯みがきをころがけています。3・4年生は、歯科衛生士の数上さんに、ブラッシング指導をしていただきました。

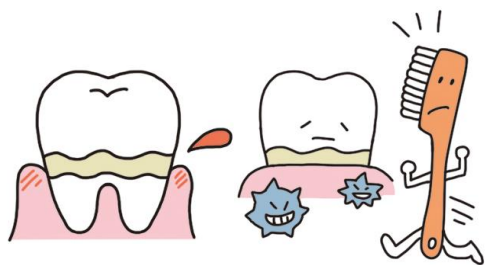
4月の歯科検診では、歯肉炎になっている人や歯肉炎になりかけている人がいました。歯肉炎の原因は、みがき残した歯垢です。歯のみがき方が悪かったり、歯並びが悪かったりすると歯垢が残りやすくなり、歯肉炎になってしまいます。



歯と歯肉の境目には、健康な場合でも2ミリくらいの溝があります。この溝に歯垢の中の細菌が入りこんで毒素を出します。すると、歯肉の中の血管から体を守る白血球が出て、細菌と戦います。



体が元気で歯垢をきちんと取り除いている場合は、白血球が勝ち、健康な歯肉にもどります。ところが、体が元気でなかったり、歯垢をきちんと取り除いていなかったりすると、歯肉炎になります。



歯肉炎がひどくなると、歯周炎になってしまいます。歯周炎になると、歯の周りの骨がとけて、歯肉がやせてきます。すると、歯がグラグラになり、やがて歯を失ってしまいます。だから、今から歯周病の予防をしなければなりません。

<参考資料> 歯と口の保健教育

落雷に気をつけよう

もくもくと入道雲が出て、とつぜんの雨とかみなりが鳴るという経験をしたことはありませんか。夏休みに外で遊んでいる時に、こんなお天気になったら、みなさんはどうしますか？「かみなりが落ちた」とよくいわれますが、このことを落雷といいます。どこに落ちるのか予測ができません。



かみなりの音が近づいてきたら、安全な場所に避難しよう！

《安全な場所は》

自動車、バス、電車、鉄筋コンクリートの建物の中
配電線や送電線の下など

《運動場や外にいるときは》

早く、安全な建物の中に避難することです。まわりに何も
ない時は、できるだけ足を開かずに、身を低くすることです。

でも、うつぶせは危険です。

《高い木の下は、危険です》

木よりも人の体に電気が通りやすいので、高い木の
落ちたかみなりが木の幹を通らずに、人の体をと通
って、地面に落ちます。

《かみなりが鳴っている時は、外に出ないようにしよう》

《電化製品にさわらないようにしよう》



参考資料「生きる力」を育む防災教育の展開

保護者の方へ

広島県内で、「A 群溶血性レンサ球菌咽頭炎」の警報が発令されました。突然の発熱や全身の倦怠感、咽頭痛などの症状があります。急に気温が高くなってきました。この暑さに体がなれていないと思います。1日の疲れがたまりやすい時期です。熱中症にはお気をつけください。