



令和5年11月号
芝原小学校
ほけんしつ

11月23日は勤労感謝の日。もともとは「新嘗祭」という飛鳥時代から続くお祭りで、その年に収穫したお米を神様に捧げて感謝し、来年の豊作を祈る日でした。

現代の豊かな食卓も、その裏にはたくさんの人たちの働きがあります。食欲の秋を楽しみながら、誰かの働きに「ありがとう」の気持ちを持てると良いですね。



11月6日～11月17日は、よい歯守ろう週間です

6月の「よい歯大好き週間」につづいて、11月も歯の健康について取り組みを行います。

① 親子歯みがき調べ

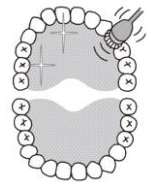
11月6日（月）～14日（火）の間に、家庭でカラーテスター（歯垢の染め出し剤）を用いて、上手に歯をみがけているかチェックします。6月の結果と比較してみても良いでしょう。



② 秋の歯科健診

10月18日および26日に全学年終了しています。

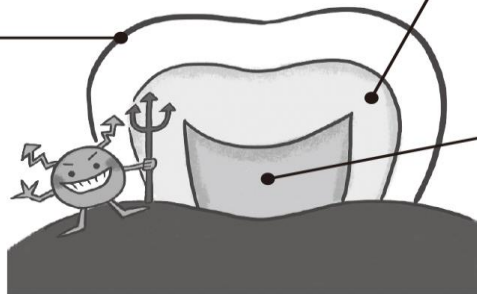
1学期におこなって以来、口腔環境はいかがでしょう。健診後にピンク色の通知をもらった人は、歯医者さんで治療を受け、歯みがきに気を付けて生活できましたか？健康な口腔環境を整えるためにも、2学期の歯科健診で通知をもらったなら、早めに歯医者さんに行きましょう。



虫歯 き 気づかないうちに… すす はどこまで進んでいる？

エナメル質

とても硬くて頑丈ですが、虫歯菌に穴を開けられてしまつことも。ここでは痛みはまだありません。



象牙質

虫歯菌が作る酸に弱く、ここまで到達すると虫歯が進行しやすくなります。痛みも感じます。

歯髄

歯の中心にある神経。強い痛みを感じたらもうここまで虫歯菌が入りこんでいるかも。

大事なのは

- 虫歯の原因になる歯垢を歯みがきでこまめに取りのぞき、エナメル質を突破させない！
- 痛みを感じ始めたならもう赤信号。普段から定期的な歯科受診を。

健康委員会の活動を紹介します！

～毎日の活動～

毎日の20分休みに、各階のトイレ・流しを点検しています。



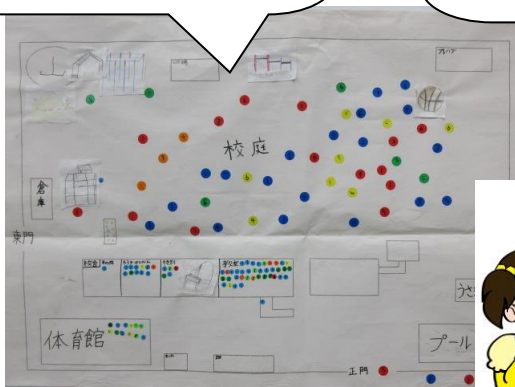
トイレットペーパーや石けんの補充、汚れていたりしていないかを確認します。



～学期ごとの活動～

芝原小けがマップを作成しました。学校のどこで、どんなケガが多いか調べました。

今後、けがの傾向を学年ごとに分析し、どんなことに気をつけて生活すれば良いかを放送する予定です。



他にも6月の「よい歯大好き週間」の取り組みや、夏・冬休みの「健康カレンダー」のイラスト作成を行っています。11月は「いいトイレの日」にあわせて、ポスターも作成中です。

健康委員会からのお願い ～ピカピカトイレのためのポイント～

- 1 早めに行く
「がまん」は、洋服やトイレをよごす原因になります。
- 2 出るときにチェック
「流し忘れ」や「ゴミの捨て忘れ」、「トイレットペーパーのかけら」はありませんか？
- 3 次に使う人のことを考えて
次に使う人…それは「あなた」かもしれませんよ。

