

ほけんだより3月号&学校保健委員会だより



桶川市立桶川西小学校
保健室
令和4年3月3日

今年度も新型コロナウイルス感染症の影響が大きい年でしたが、子どもたちは新しい生活のきまりをしっかりと守っていました。そして、その中で最大限にがんばって学校生活を送っていました。とてもすばらしいことです。

残り少ない今の学年を元気に楽しむためにも、3月も早寝早起き朝ごはんをしっかりと行いましょう。

桶川西小感染症情報

2月の中旬から体調不良者が急に増え始め、新型コロナウイルス感染症の流行が本校でもみられました。学級閉鎖も実施しました。ご協力いただき本当にありがとうございました。

3月に入り、本校では流行が落ち着いてきたように感じます。

新型コロナウイルス感染症の症状として、発熱の症状が一番多くみられました。しかし、頭痛のみ、またおう吐などで医療機関を受診し、新型コロナウイルス感染症と診断されたケースもありました。

そのため、引き続き、発熱がなくても体調が悪いときは、自宅で様子を見ていただくようお願いします。

また、学校で体調不良になった場合は、熱がなくても早めに早退を決めて、お迎えのお願いをしています。お忙しい中ですが、引き続きご協力をよろしくお願いいたします。

学校保健委員会紙面開催

歯と口の健康について考えよう

学校保健委員会とは、児童の健康問題について研究や話し合いを行い、児童の健康作りを勧めるために行うものです。よりよく児童の健康問題を対処するために、家庭・地域社会・学校の観点から意見を出し合い、連携をすることが大切だと言われています。令和3年度の学校保健委員会は、新型コロナウイルス感染症予防のため、紙面開催で実施しました。保護者の皆様におかれましては、アンケートのご協力ありがとうございました。

学校歯科医への質問の回答と&歯みがきの実態（11月のアンケートより）

Q1. 生え代わりの時期のグラグラしている歯や萌出する途中の歯はどのようにみがくべきですか。



学校歯科医
比留間先生

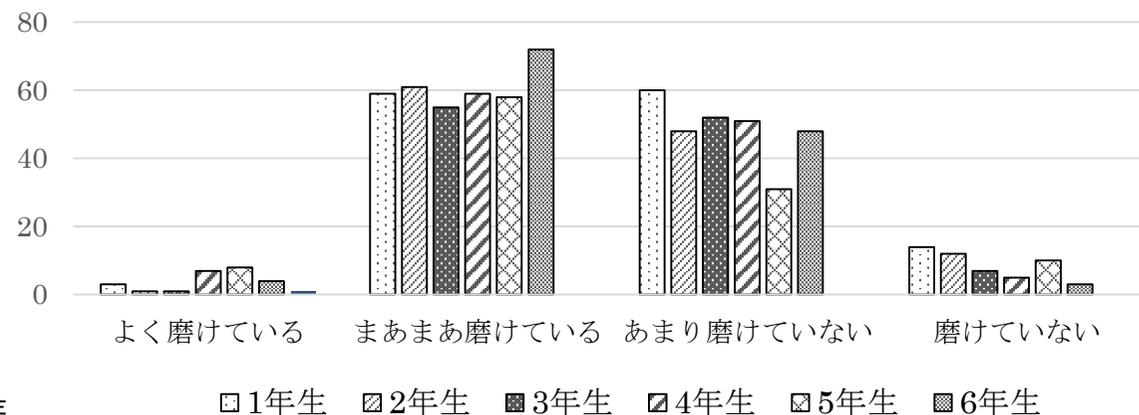
生えかわりの時期は乳歯と永久歯が混在し、抜けたところやグラグラしている歯もありみがきにくいものです。手鏡などを見ながら歯ブラシをたてや斜めにして、毛先をきちんと歯面に当てるようにしましょう。

グラグラの乳歯は自然に取れそうであれば放置します。また、萌出途中の歯の時も歯ぐきから出血しやすいので軽く歯ブラシを当ててください。



学校歯科医
多田先生

お子さんは上手に磨けていると思いますか。



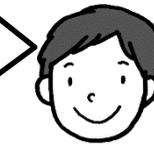
Q 2. 仕上げみがきはいつまで行うことが必要ですか。 また、仕上げみがきが苦手な児童によい方法はありませんか。



比留間先生

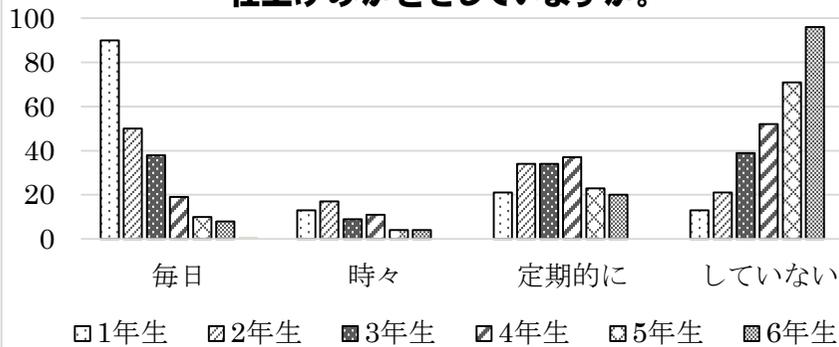
目安として小3～4くらいまでは保護者の方が仕上げみがきをしてあげてください。この頃までは、乳歯と永久歯が混在して歯並びが複雑なので、本人だけでは歯みがき不足が多いです。また、苦手な児童には保護者の方が仕上げみがきの必要性を説明してあげて取り組んでみてください。

小学生になると6歳臼歯が生えてきたり前歯が生えかわったりと歯に変化があります。みがきにくいこともあるので、小学校低学年までは仕上げみがきをしてください。また、苦手な子には、歯ブラシを自分で選ばせたり味付きの歯みがき粉を使用したりと歯みがきに興味をもたせ自分でみがけるよう習慣付けるようにしてください。

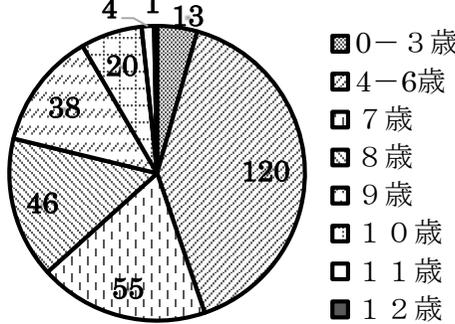


多田先生

仕上げみがきをしていますか。



何歳まで仕上げみがきをしていましたか。



Q 3. いつから矯正について歯科医に相談をしたり、開始したりするとよいですか。 また、どのような矯正方法がよいですか。



比留間先生

歯の矯正時期には、大きく分けて2つあります。
 ①永久歯が生えそろう前に始める方法（成長途中の顎やこれから生えてくる永久歯がきれいに生えそろうよう導く）
 ②永久歯が生えそってから始める方法（大人の歯科矯正と同じく歯並びを整えてかみ合わせを改善し、個々の歯に装置やワイヤーを装着する）
 いずれにしても、顎成長や歯並びには個人差がありますので、心配な場合は専門医に相談してみてください。

永久歯が生えてきたが、隙間がなく曲がっていたりしたら、隙間を作る必要がある場合もありますので、かかりつけ医に相談してください。顎の成長につれ自然と隙間ができる場合もありますが、期待できない時は、入れ歯のようなマウスピースを主に夜間に入れます。多数歯や顎が小さい時は歯の表面にプラスチックや金属を接着し金属線やナイロン糸で歯の移動を行います。症状によって治療や期間、費用も変わってきます。



多田先生

Q 4. 歯医者嫌がる子どもが通えるようになるにはどうすればよいですか。



比留間先生

歯の治療は大人でも苦手な人がいるので、子どもが嫌がっても仕方がないことなのかもしれません。ただ、むし歯は自然に治ることはなく、乳歯のむし歯は次に生えてくる永久歯に悪影響を与えます。むし歯を治療するには歯医者に通うことを避けては通れません。子どもを必要以上に怖がらせず、リラックスした状態で治療を受けてもらうために保護者の方の協力が欠かせません。事前に歯の治療というものがどのようなものかよく話し合ってみるということが必要でしょう。



多田先生

歯科医院に普段から定期的に行くことをお勧めします。むし歯が無ければ、歯面清掃とフッ素塗布・予防充填のみで歯を削ったりしません。3～6か月毎に定期検査を受け、歯科に慣れ、また予防に努めてください。