

# ほけんだより 10月

令和4年10月 熊谷東小学校 保健室



9月の保健室利用者 **205人**

(けが… 151人 病気… 54人)

## むし歯治療への協力ありがとうございます!

熊谷東小では今、**108人中62人**が、むし歯の治療を終えました。

早期治療への協力ありがとうございます。

まだ治療の終わっていない人は、**46人**です。

また、治療率が一番高いのは**6年生(78%)**です。

さすが最高学年ですね!



## 10月10日は“目の愛の日”

物を見たり文字を読んだりテレビを見たり、目は1日中働いています。毎日の生活の中で次のことに気をつけて、目を守りましょう。

目が判定するよ

**やさしい? やさしくない?**

① **やさしくない!** 長時間のスマホやタブレットの使用。目の毛があたり、ぼくたちに傷がついてしまうかも。前髪は短く切るか、ピンでとめておこうね。

② **やさしい!** 暗いところで本を見ようとすると、すごく寝るんだ…心地いいなと感じるくらいの明るさが目安だよ。

③ **やさしくない!** まばたきの回数が減って、涙がもうカラカラ…。ゲームをするときは時間を決めてね。

④ **やさしい!** 目と本の距離はこれくらい開けて…

⑤ **やさしくない!** 魚や野菜には、ぼくたちにいい栄養素が入っているよ。バランスよく食べようね。

⑥ **やさしい!** おやすみなさい。1日中働いたぼくたちは疲れているよ。ゆっくり休ませてね。

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	なかよし	全校
むし歯の見つかった人	12	7	11	31	11	33	3	108
むし歯を治した人	6	4	6	15	4	26	1	62
まだ治していない人	6	3	5	16	7	7	2	46
治療率	<b>50%</b>	<b>57%</b>	<b>55%</b>	<b>48%</b>	<b>36%</b>	<b>78%</b>	<b>33%</b>	<b>57%</b>

※まだ治療の終わっていない人には、定期的にお知らせを出しています。

3月までに、治療率100%を自ざしましょう!

## むし歯予防大作戦!

**作戦1** 食べたらずくみがく

**作戦2** よくかんで食べる

**作戦3** 甘いものややわらかいものばかり食べない

**作戦4** 定期的に歯医者さんのチェックを