

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!** 長時間のパソコン作業

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!** 好きなものだけ… 魚や野菜には、ほ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日中働いたほくたちは疲れているよ。ゆっくり休ませてね。

⑦ **やさしい!** 髪の毛があたると、ほ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。

	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	50%	57%	55%	48%	36%	78%	33%	57%

※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