



保健だより

No. 3

令和6年6月3日

稲敷市立東中学校

保健室（文責 臼田）

6/25（火）歯科検診があります！

★受け方★

・当日の朝は、特にていねいに歯をみがいてきてください。

対象：全学年

9時開始（2F ホール）

・マウスピースをつけている人は、外して受けます。

自分の番になったらすぐ受けられるようにマウスピースは外しておいてください。（必要であれば、マウスピース用のケースを学校に持参するようにしてください。）

・「〇〇（自分の名前）です。よろしくお願いします。」と必ず言ってからイスに座るようにしてください。

歯科衛生士の方が記録をしてくれるので、記録用紙の名前と間違えないようにするためにも、**聞こえる声で**言ってください。

おわったらもちろん、
「ありがとうございました。」
とお礼を伝えること！



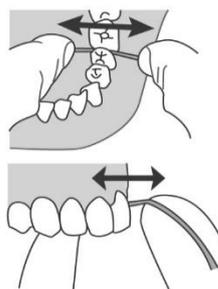
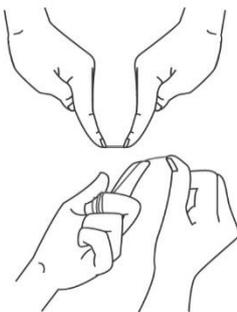
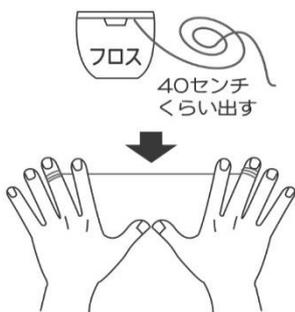
デンタルフロスの使い方

フロスを両方の中指に
2～3回まきつける

人差し指と親指を
上手に使う

ゆっくり動かしなが
ら、フロスを歯と歯
の間に入れる

フロスがV字になる
ように歯に沿わせ、
上下に動かす



子どものストレス反応について（保護者の方へお願い）



子どもがストレスを受けると、苦しさを言葉では表現できず、身体にストレートに出るタイプの反応を示しやすいと言われています。例えば、嘔吐、腹痛、下痢、頭痛、喘息、過換気症候群など、いわゆる、心身症の症状です。そのほか、爪かみ、吃音、チックなどもみられます。最近では、大人の心身症である胃潰瘍や高血圧もみられるようになって問題になり始めています。

次に多いのが行動面での問題で、不登校、特定の場面でおしだまる、家庭内での反抗や暴力、非行等です。

生活の多様化で、子どもたちもストレスを抱えやすくなっています。何か気になることがありましたら、学校までご連絡ください。

