

# 保健だより

朝晩は「寒い！」と感じる時期になってきました。昼間は汗ばむほどの日もあり気温差の大きい季節です。

*Your Smile is my Happiness*

～逆境に打ち勝つ 最高の笑顔を～  
という文化祭テーマのもと、教室からは、  
日々美しいハーモニーが聞こえてきます。



11月8日はいい歳の日でした！

竜北中の実態

1学期に「むし歯有り」と指摘された人  
53名 (30.3%)

現在の治療率  
22名／53名 = 41.51%

11/8～11/11にむし歯の未治療者に対し保健指導を実施しました。「部活動や塾などで忙しくていけない」という声を多く聞きました。1回目の治療用紙(黄色)は夏休み前に渡してあったはず・・・？？？個人個人をみると、むし歯の本数が1本という人も多いのです。より悪化してしまったり、むし歯の本数が増えたりしないためにも、ほおっておかないでほしいと思います。2回目(今回)はうすピンクの治療用紙を渡しております。早めに治療しましょう。特に3年生は来年早々より受験シーズンとなります。今年のうちに治療を終えることができるようになさりたいのですね。



2016.11.15

11月9日はいい空気の日でした！

これからだんだん寒くなると、教室の窓は閉め切られたまま、あたたか一くなってしまうことがあります。



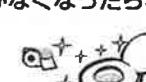
「むし歯になった時」と答える  
人。スウェーデン  
ではむし歯予防の  
ために行きます。

80歳の人のデータをみると一。  
日本では20本以上歯が残っている人は約40%。そして残っている歯の平均本数は約14本（平成23年厚生労働省調査）。年々増えてはいますが、スウェーデンではすでに平均20本を超えてます。予防の大切さがわかります。ちなみに歯の数20本はなんでもおいしく食べられる数字です。

日本の老人に若い時からすればよかったことを聞くと、上位に歯の定期検診が挙がるそうです。後悔するより、予防のために歯医者さんに。

学校のトイレというと、「きたない」「くさい」「くらい」の頭文字をとった「3 K」のイメージでしょうか？ これを見せび、「かいてき」「きれい」「きくばり」の「新3 K」に変えてほしいと思ひます。のために、みなさんにいつも心がけてほしいのは次のようなことです。

- ・流し忘れていないか、トイレから出る前にかならず確認する。
- ・よごしたら、トイレットペーパーでふきとる。
- ・トイレットペーパーがなくなったら、準備と取りかえる。
- ・スリッパをきれいにそろえる。





うらもあります！