



令和4年 6月
糸満市立三和中学校
NO. 3 保健室

6月になり、どんどん気温があがってきました。熱中症にならないよう、こまめに水分補給をしましょう。
感染症予防のためにも、必ず自分の水筒を持参し、友達との回し飲みはしないようにしましょう。

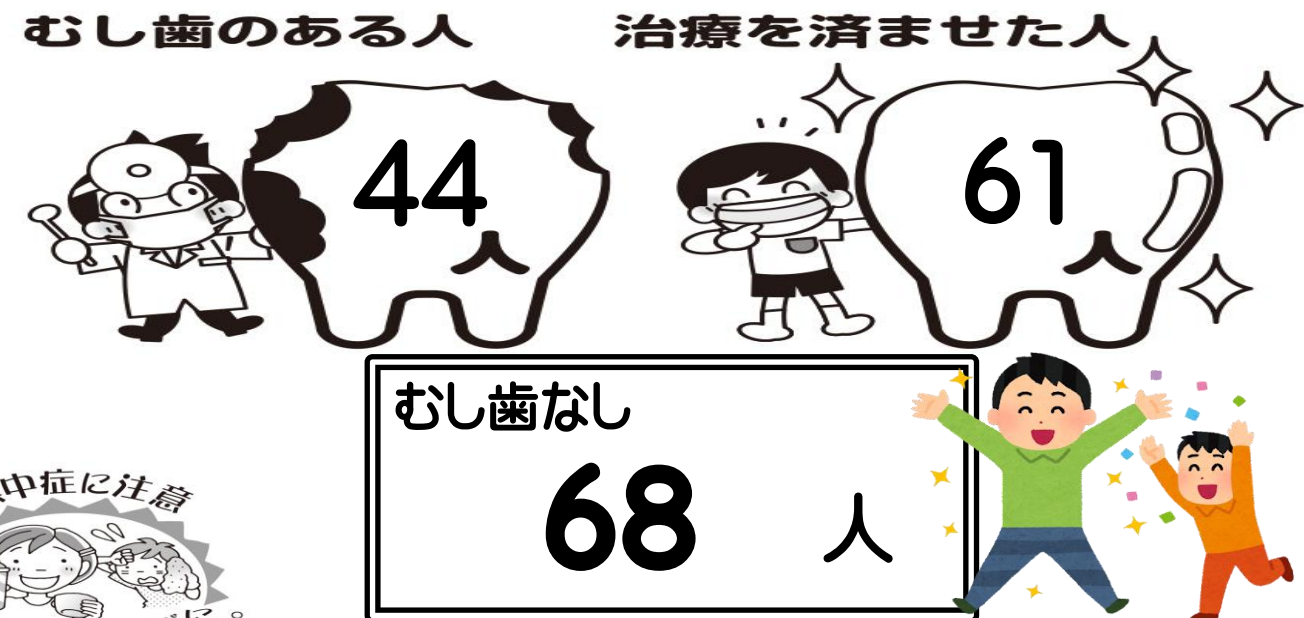
今月の保健目標は、「歯と口の健康にとり組もう！」です。歯科検診結果のお知らせは確認しましたか？
歯科受診を勧められた人は、早めに受診するようにしてください。受診後は「受診結果報告」の提出も忘れずをお願いします。

6月の保健目標 歯と口の健康に取り組もう！

三和中生の

歯みがきで歯を守ろう！

歯科検診の結果



学校生活における児童生徒等のマスクの着用について

基本的考え方

糸満市教育委員会

今般の基本的対処方針の変更後においても、基本的な感染対策の重要性は変わるものではなく、引き続き徹底的な感染対策（「三つの密」の回避、「人と人との距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い等の手指衛生」、「換気」等）を徹底していく必要があります。

歯科検診の結果を上手に活用 歯を守るポイントは？

1 私は歯かせ。みんなは「歯科検診の結果のお知らせ」を確認したかな？

2 「異常なし」だった人はその調子！
しかし！こんな記号が書いてあった人は注意が必要だ！

シーオー CO	要観察歯	初期むし歯。ほうっておくとむし歯に進行する ※「CO要相談」の場合は、歯医者さんへ
ジーオー GO	軽度の歯肉炎	歯ぐきに軽い炎症がある。ほうっておくと歯肉炎が進行する
シー C	要治療歯	むし歯。治療などのため歯科医受診が必要

3 毎日歯みがきだ！
でも大丈夫。「CO」や「GO」のうちならもとの健康な状態に戻る可能性があるんだ。そのため大切なのが...

4 歯みがきのコツ

- 歯ブラシの毛先をきちんと当てる
- 毛先が広がらない程度の軽い力でみがく
- 小刻みに動かして1〜2本ずつみがく

5 歯みがきをする時間

- ごはんやおやつを食べたあと
- 夜寝る前
- 朝起きてすぐ

寝ている間に増えてしまった細菌をうがいだけで流すだけでもO

6 実は私も「CO」と言われたことがあるんだ...

7 毎日の歯みがきを続けたおかげで、私もほらこの通り。

8 「異常なし」だった人も「CO」と言われた人も、ていねいな歯みがきを習慣にして、自分の歯を大切にしよう！

9 屋内で活動する場合には原則マスクの着用を推奨

10 但し、身体的距離が2m以上確保でき、会話をほとんど行わない場合は不要

11 但し、身体的距離が十分確保できず、会話を行う場合は着用を推奨

12 屋外で活動する場合や登下校では原則マスクの着用は不要

13 熱中症等の健康被害が発生するおそれがある場合には原則マスクの着用は不要

14 但し、十分な身体的距離が確保できない状況で、呼吸ができなくなるリスクや熱中症のリスクがない場合には着用を推奨

15 体育の授業や運動部活動での場面ではマスクの着用は不要

16 活動中以外の場面ではマスク着用を含めた感染対策が必要（更衣室や集団での移動時等）