



# 11月ほけんだより

高松市立松島小学校 第8号 平成20年11月11日 発行

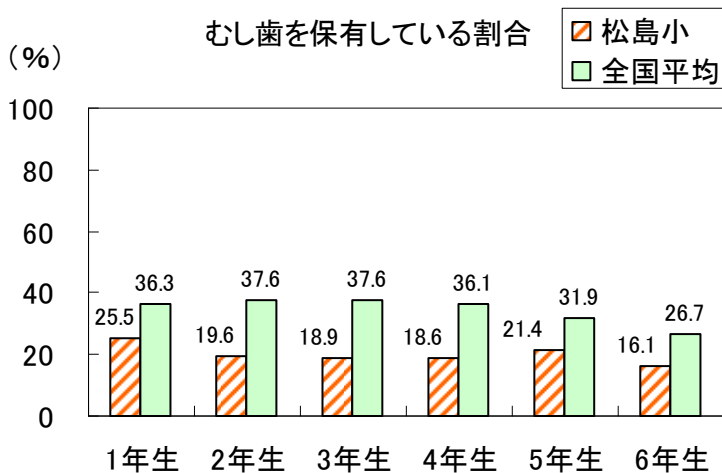
日中は、過ごしやすいやういと感じていましたが、最近では最高気温が20℃を下回るようになり、冬が近づいてきていますね。そこで心配されることは【かぜ】の流行です。からだがかぜに慣れていないため、かぜをひきやすい時期です。お子様の生活リズムを大切に、寒さに負けないからだづくりをお願いします。

## 歯科検診を行います！

11月12日（1、3、5年生）・26日（2、4、6年生）に実施します。

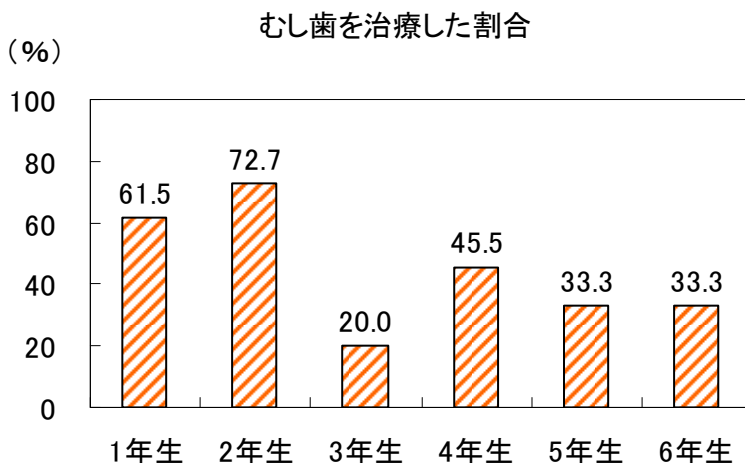
そこで松島小の児童のむし歯の実態についてお知らせします。

下のグラフは、1学期に実施した歯科検診でむし歯がある児童の割合と治療に行った人の割合を表しています。



松島小の児童で、むし歯のある児童の割合は1年生が25.5%、2年生が19.6%、3年生が18.9%、4年生が18.6%、5年生が21.4%、6年生が16.1%でした。全国平均と比べて10%以上むし歯のある児童の割合が低い結果が出ました。

むし歯を治療をしたとの報告があった児童の割合は、各学年によって異なりますが、とても低い結果でした。

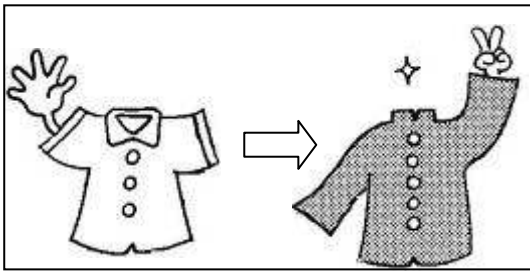
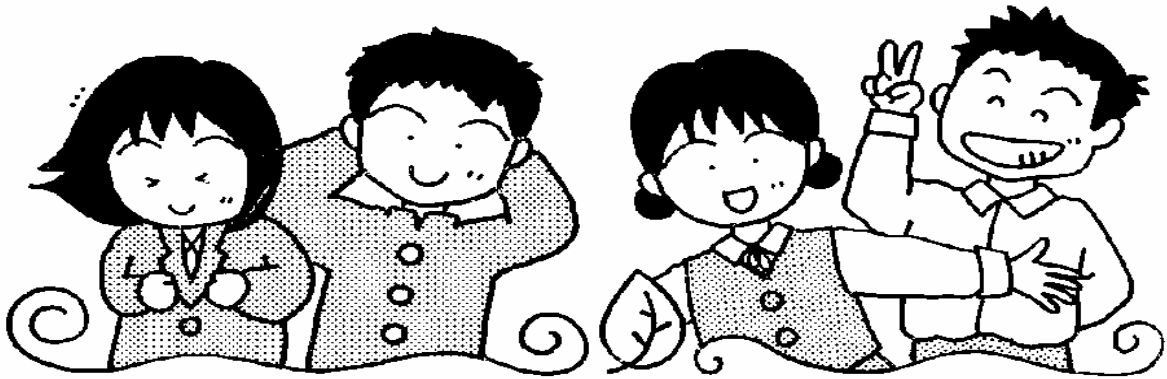


今回、むし歯があった人のほとんどが乳歯のむし歯でした。乳歯のむし歯を放置しておくと、永久歯の歯並びが乱れたり、永久歯が生えてこられなくなったりすることがあります。また乳歯のすぐ下でつくられている永久歯の表面のエナメル質を溶かしてしまふことがあります。

今回の歯科検診で治療カード（治療のすすめ）をもらった人は、早めの治療をお願いします。

11月のほけんもくひょう

# 体温(たいおん)・気温(きおん)にあった ふくそを考(かんが)えよう!



さいこうきおんが20℃より低い日が続くようになりました。

いままでの服装では肌寒く感じますね。からだがか冷えたまま  
にしておくと、免疫力が低下して、かぜなどの病気に

かりやすくなります。寒いと感じたときのために、上着を準備しておきましょう。そして下着  
は必ず身につけるようにしましょう。下着を着ると、上着との間に  
あたたかな空気がたまるため、ポカポカ体があたたかくなります。  
約2℃の保温効果があると言われています。



では、「寒いからとたくさんの衣服を重ねて厚着をしてあげばい

いのではないかと」思うかもしれません。厚着しすぎることは肌の新陳代謝が悪くなり、

抵抗力が弱くなります。また暖房により室外と室内の温度差がちがすぎる場

合に、室内にいるときに汗をかいてしまうことがあります。汗  
が蒸発するとからだがか冷えて、血行が悪くなります。

自分の体温や気温にあった調節しやすい服装を考え、かぜ  
などひかず、元気に過ごしましょう。

