

# ほけんだより 6月

令和8年5月29日  
東京都立小金井特別支援学校  
校長：石田 節恵  
養護教諭：奥出 由季  
：藤田 桃

6月は水泳学習も始まるため、楽しみにしている児童・生徒も多いのではないのでしょうか。暦の上では夏となり、日に日に暑さが増しています。また、湿度が高いと、気温があまり高くない日でも熱中症のリスクが高くなるため注意が必要です。衣服の調整や水分補給の御用意をお願いします。

6月末には、検査予備日・検診フォロー日を含めた全ての健康診断が終了します。それぞれの検査・検診が終わり次第、受診の必要な方にはお知らせを配布していますので、御確認をお願いします。

## 6月の保健目標 歯と口の健康を守ろう



### 6月の保健行事

- |        |                  |
|--------|------------------|
| 1日(月)  | 尿検査 予備日<br>測定(中) |
| 8日(月)  | 宿泊前検診(中3)        |
| 9日(火)  | 歯科検診(小1、2、5、6)   |
| 10日(木) | 測定(小高)           |
| 16日(火) | 測定(小低)           |
| 19日(金) | 保健相談             |
| 23日(火) | 歯科検診フォロー         |



### 歯科検診で見つかる歯の異常

歯科検診では、虫歯の有無のほかに、以下の項目を確認しています。歯科検診の結果、受診が必要な人と、御家庭での歯磨きの工夫が必要な人には歯科健診結果のお知らせを配布しています。

#### ○歯垢・歯石の状態

歯磨きが不十分な場合につく歯垢は、唾液の中のカルシウム等と反応して硬い歯石になることがあります。歯石は家庭で除去することが難しいため、毎日の歯磨きでしっかりと歯垢を落とすことが大切です。

#### ○歯肉の状態

歯肉炎は、歯肉に炎症が起き、腫れていたり、刺激によって出血したりする状態です。放置すると歯周炎に進行し、歯を支える骨に影響を及ぼす場合があります。予防のためには、歯磨きでしっかりと歯垢を落とすことが大切です。

#### ○歯並び・噛み合わせ

歯並びに異常があると歯磨きが不十分になりやすく、虫歯や歯肉炎のリスクが高まります。顎関節症や発音障害につながる可能性があるため、歯科医での経過観察や治療をお勧めします。

#### ○乳歯から永久歯の生え変わり

永久歯が生えているのにまだ乳歯が抜けていない部分は要注意乳歯としてお知らせしています。歯並びに影響する場合がありますため、歯科医の受診をお勧めします。

歯科検診で結果の通知がなかった場合でも、御家庭での歯磨きをできる限りしっかりと行うことと、定期的に歯科医の診察を受けることをお勧めします。

