

はみがきマン通信

発行 内牧小学校
 歯・口の健康づくり推進委員会
 令和2年(2020年)
 2月18日(火)第11号



うちのまきしょうがっこう 内牧小学校では、定期的に歯みがきチェックタイムを設定し、歯垢染め出し液を使って、みがき残しチェックをすることになりました。左のチェックシートを使って、みがき残しをチェックします。歯みがきチェックタイムに、自分の歯みがきのくせや、みがき残しの多い所に気づき、上手に歯をみがく力を身につけてほしいとおもいます。

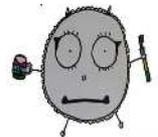
歯・口の健康づくりのおはなし⑪

(10/5 PTA 研修会より)



食事中に水分をたくさんとるとだ液や胃液がうすくなって、消化吸収や菌を殺す力が弱くなるんだ。

コレラ菌をやっつけたのは・・・



敗戦後の中国でのお話で興味深いお話があるので紹介します。

昭和21年、中国の上海にあった日本人収容所でのお話です。戦争に負けて食べ物がないので、みんな体が弱っていました。トイレは周りに囲いがしてあるだけの粗末なもので、食中毒の菌を運んでくるはえがブンブン飛んでいました。飲み水は川からひいた泥水のような水だけしかありません。上海は夏になると、コレラが大流行していました。ある日、収容所にいた兵隊さんがコレラであることがわかりました。しかし、コレラを予防する薬がありません。そこで、緊急コレラ会議が開かれました。会議で決まったことは、食事中に一切水を飲まないようにすることでした。唯一残されたコレラの予防法は、胃液による殺菌でした。窮地に立たされた人々は、故郷に帰りたい一心で、それを守ったのです。おかげで、一人の感染者も出さなかったそうです。胃液のpHは、1～1.5と強い酸性です。胃液の酸がコレラ菌をやっつけたのです。(伊藤桂一著「かかる軍人ありき」より)