

—ほけんだより—

えがおだいすき



平成29年6月6日
西横野小学校 保健室
—No5—
おうちの人と読みましょう

梅雨入りも間近となり、気温の変化がはげしく、ジメジメムシムシした日が多くなります。感染症、食中毒、熱中症を予防していきましょう。



6月4日～10日 歯と口の健康週間

6月健康診断
心臓検診 6月29日(木) 1年生

歯科検診の結果

	口むしばなし	ちりょうずみ	ちりょうが必要
西横野小	62.9%	25.5	11.6
全国統計	52.9%	24.1	23.0



むしばなし 163人 (62.9%)、ちりょうずみ 66人 (25.5%)、ちりょうが必要 30人 (11.6%)
全国統計に比べむしばのある児童がとても少ない、うれしい結果となりました。

むしばは放っておくと進行します。ちりょうが必要なものも夏休み前にちりょうがすむといいですね。

正しいはみがきで健康な歯に！



✕ ゴシゴシと強くみがく。

軽い力で、こきざみに歯ブラシを動かすことが基本です。

✕ 毛先の開いた歯ブラシを使う。

うしろから見て、毛先がはみ出している

歯に毛先がきちんと当たらず汚れが落とせません。開いてきたら交換を。

△ 歯ブラシだけでみがく。

歯ブラシが届かない歯と歯の間は、デンタルフロスを使うとよいです。

えんぴつもちがポイント

歯科保健図画・ポスター・標語をありがとう！



<学校代表>

図画 1A 岩崎 結菜さん ポスター 6A 金田 悠花さん 標語 2B 上原 侑大さん

標語「むしばのない じょうぶなは 大人のぼくに プレゼント」

おうちでつくった全員の作品を児童玄関に掲示します。しおりもプレゼントさせていただきます。

歯のミニクイズ どっちかな？

こたえは、保健室前にはってあります。

① しっかり歯こうが
おとせるのはどっち？

A: 毛先がまっすぐ
並んだ新しい
歯ブラシ



B: 使いなれて
毛先が広がった
歯ブラシ



② 健康な歯ぐきは
どっち？

A: 赤くてやわらかい歯ぐき

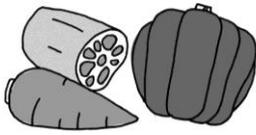


B: ピンク色でひきしまった
歯ぐき



③ 歯と口によい食べ方は
どっち？

A: かたい食べもので
あごをきたえる



B: やわらかい食べもので
あごをいたわる



④ 歯ブラシの動かし方、
正しいのはどっち？

A: 力いっぱい、なるべく
大きく



B: 力を入れず、なるべく
小さく



こんなことに気をつけて たのしい水泳学習にしましょう



たっぷりすいみん



朝ごはんを食べる



じゅんび体そうしっかり



体調がわるい時は見学



ふざけない・走らない・とびこまない



水泳の後は体をよくあらう



タオルや目薬のかしかりはしない

7つの まちがい さがし

こたえは、
保健室前
にはってあります。

