

# ほけんだより6月号

桶狭間小学校 保健室 令和5年6月1日

こんげつ ほけん もくひょう  
= 今月の保健目標 =  
は たいせつ  
歯を大切にしよう。

○●おうちのひとといっしょによみましょう●○

梅雨の季節ですね。この時期は天気により、むし暑かったり

肌寒かったりします。衣服の調節をこまめにして、熱中症に気

を付けて、体調を崩さないように心掛け、元気に過ごしましょう。

いい歯でいい笑顔



## ～6・7月の保健行事日程～

	ひまわり たんぽぽ	ねん 1年	ねん 2年	ねん 3年	ねん 4年	ねん 5年	ねん 6年	その他
しび かけんしん 耳鼻科健診	7/4 (火)	/	6/6 (火)	/	7/4 (火)	/	7/4 (火)	2・4年生は全員、6年生は 該当者のみ実施します。 ※ 6年生の該当者は、別紙 でお知らせします。
し かけんしん 歯科健診	6/1 (木)	6/15 (木)	6/8 (木)	6/1 (木)	6/1 (木)	6/8 (木)	6/15 (木)	前日の夜と当日の朝は、特に ていねいに歯みがきをして きましょう。
し かけんしん 歯科相談	7/6(木) 9:30～	校医さんにお子さんの歯についての相談ができます。希望者は、6月 中旬にお配りする別紙の申込用紙を担任に提出してください。						

すい えいがくしゅう

## 水泳学習がはじまります！



前日は早く寝てしっかり  
体調を整えて、安全で楽  
しい水泳学習にしましょう。

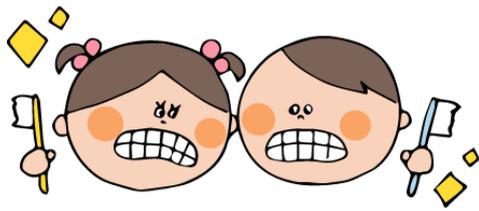
プールの  
まえ  
前に

たいちよう  
体調チェック

ねが  
をお願いします

- 朝ご飯は食べましたか？
- うんちをしましたか？
- 頭痛はありませんか？
- 腹痛や下痢はありませんか？
- のどの痛みはありませんか？
- せき・鼻水は出ていませんか？
- めまいやふらつきはありませんか？
- 手足の痛みはありませんか？



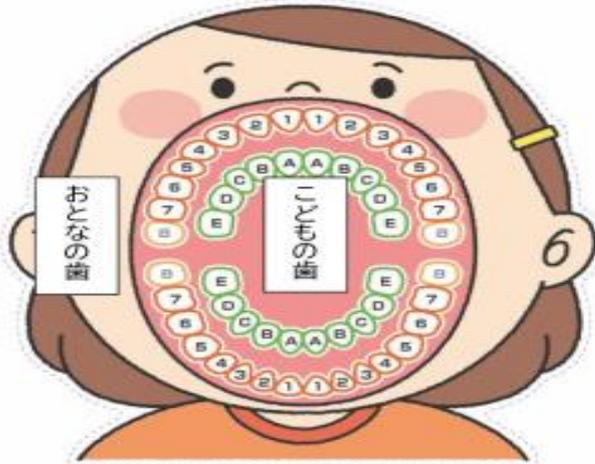


# 6月4日～10日は 「は くち けん こう しゅう かん歯と口の健康週間」です

## ～は くち けんこう かんが歯と口の健康について考えてみましょう～



◎ かがみ む おお くち あ じぶん くち なか かんさつ鏡に向かって大きく口を開けて、自分の口の中を観察してみましょう。



### チェックしてみよう

- いた は痛みのある歯がある
- は くろ歯のみぞが黒くなっている
- は は あいだ しろ歯のみぞや歯と歯の間に白いものがつまっている
- は ち で歯ぐきから血が出ている
- は あか は歯ぐきが赤く腫れている
- くち口のおいが気になる

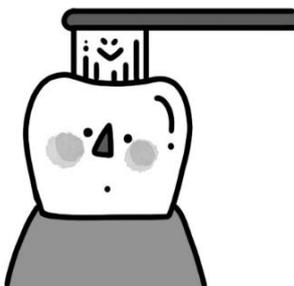
たくさんチェックがついた人は、ひと は じょうず歯みがきが上手にできていないかも！？

は は か は歯の生え替わりで歯がぐらぐらしていたり、は おお たか ちが は歯の大きさや高さが違ったりすると歯みがきが難しくなります。特に奥歯、歯と歯の間、歯の裏は、みがき残しが多い場所です。みがき残しや食生活の乱れによって、は だけ は じょうたい わる歯だけでなく歯ぐきの状態も悪くなります。

し か けんしん まえ歯科健診の前には、すみずみまでていねいに歯をみがいて、は くち なか けんこう口の中を健康にしましょう！

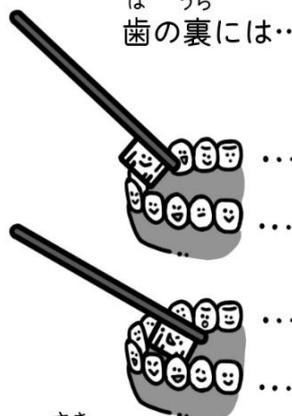
## ☆ は ぶぶん歯ブラシのさまざまな部分でみがこう ☆ ☆

あ ぶぶんかみ合わせの部分には…



けさき ぜんたい毛先の全体をあてる！

は うら歯の裏には…



さき「つま先」や「かかと」をあてる！

は しにく め歯と歯肉のさかい目には…



けさき毛先をななめにあてる！

し か けんしん けっか し ぜんいん わた し か けんしん けっか じゅしん ひつよう歯科健診の結果のお知らせは、全員にお渡しします。歯科健診の結果、受診が必要なお子さんは、しょうじょう あっか まえ はや ちりょう症状が悪化する前に早めに治療することをおすすめします。