

すこやか

黒笹小学校 保健室
R6. 6. 3 第4号

6月の保健目標「**歯を大切にしよう**」～めざせ！**歯みがき名人**！～

歯のみがき方は、みんな同じでよい。

○か×か？

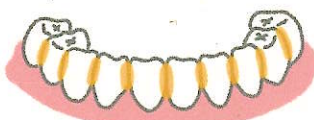


答えは・・・×です！

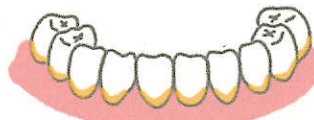
口の中の歯ならびは一人ひとりちがうので、気をつけてみがくところは一人ひとりちがいます。とくに、小学生の時期は、生えている途中の歯があったり、歯並びがでこぼこしていたりして複雑です。それぞれの口の中に合わせて、工夫してみがくことが大切です。

みがき残しが多いところ

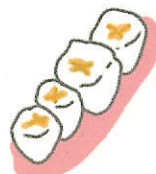
むし歯になりやすいところだよ！



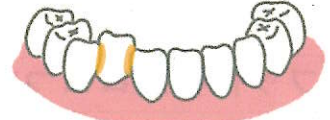
歯と歯の間



歯と歯ぐきの境目



奥歯のみぞ

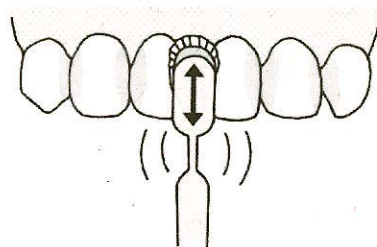


歯並びの悪いところ

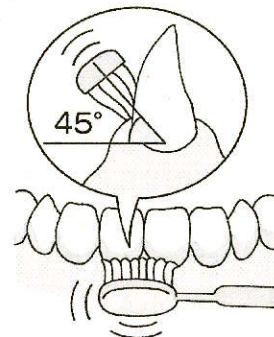
歯みがき名人になるために！



軽い力でみがく
小さく動かす



歯と歯の間や歯並びがわるいところは、歯ブラシをたてにしてみがこう



歯と歯ぐきの間は歯ブラシをななめにしよう

6月の健康診断カレンダー

日時	検査項目	対象学年
6月6日(木)	歯科検診	1・2・3年生
6月7日(金)	内科検診	5年生
6月11日(火)	内科検診	1年生
6月18日(火)	内科検診	2年生

水泳の授業が始まります

6月17日から、学校での水泳授業が始まります。水泳の授業を元気に楽しむために、

生活習慣を整えておきましょう。

毎朝、おうちの人とチェックしよう！

- 朝ごはんは食べましたか。
 睡眠は十分とれましたか。
- 顔色は悪くありませんか。
 つめは短く切りましたか。



保護者のみなさまへ

フッ化物洗口について

6月19日(水)から毎週水曜日に、フッ化物洗口を行います。希望者のみ実施をします。希望調査を5月30日(木)に配付していますので、6月6日(木)までに、担任へご提出ください。希望しない児童につきましては、水でうがいをして対応します。

持ち物：ハンカチ、コップ(歯みがきで使用するコップと同じで構いません。)

点検活動「心とからだハッピーチャレンジ」について

三好丘中学校区(黒笹小・三好丘小・三好丘中)合同で、心とからだを元気にするための点検活動を、6月から、毎月10日「みよし市メディアバランスDAY」に合わせて行います。みよし市では毎月10日を「みよし市メディアバランスDAY」とし、家族のふれあいの時間や学習、趣味などの時間を増やそうと取り組んでいます。「みよし市メディアバランスDAY」をきっかけに電子メディアの使用を見直し、生活習慣の改善につなげていただければ幸いです。

また、心とからだはつながっており、相互に影響を与えます。元気にあいさつすることや友達と仲良く遊ぶことは心の健康によいとされていて、「みよし市メディアバランスDAY」の取組と合わせて行うことで効果が高まると考えられます。お子さんの心とからだ元気になるように、継続して声かけやご協力をお願いいたします。

カードは毎月10日までに配付します。毎月14日までに提出をお願いします。