

11月のほけんだより

美里町立中央小学校 保健室
令和 4年 11月 21日
<No.11> 文責:林田久美

冬の気配を感じる寒さになってきましたね。この冬は、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの流行が心配されています。予防をしても感染してしまうのが見えないウイルスの怖さですが、手洗い・うがいなど一人一人ができることをしっかり行っていきましょう。

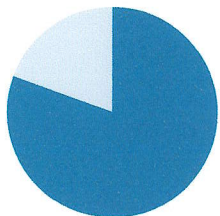


11月8日は



11月8日は、「いい歯の日」でした。歯がなかったらいろいろ大変です。いつまでもいい歯でいられるように、歯みがきをていねいにして、よくかんで歯やあごを使うようにしましょう。むし歯の治療も忘れずに！

むし歯の治療に行こう！

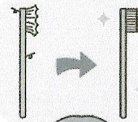


歯科受診した人
80.5%

5年生、6年生は、むし歯の治療100%です！
1～4年生もあと少しです。時間を見つけて治療に行きましょう。

歯ブラシ、大丈夫？

歯ブラシの毛先は開いていませんか？毛先が開いていると、よごれを落とす力が弱くなります。
早めに交換しましょう。



ブラッシング指導

予定は次のとおりです。

- 1年 12月 5日(月)
- 2年 11月21日(月)
- 3年 12月 2日(金)
- 4年 12月 7日(水)
- 5年 12月 1日(木)
- 6年 11月29日(火)

パーフェクト賞目指して
はみがきをしよう！

もしも歯がなかったら？
あーあ、歯みがき面倒だな。歯なんて、なくてもいいんじゃない？

その君！
歯を大切にしていないな！ズバァン

もしも歯がなかったら…
どんなことになるのか見よう

食べ物をかみ砕くことができない

あれもこれも、食べられないよ…

正しい発音できない
あーあ、あーあ

ほかに…
だ液をしっかりと出すことができなかったり
歯元気がないように見えたり
パワーが出なかったり
歯磨き粉がたかさんあるよ

どうだった？ たった1本失うだけでも、かみ砕く力は弱くなってしまうんだよ
大切さがよくわかったよ。きちんと歯みがきをして、歯を守るよ

えんぴつと同じ持ち方で
軽い力で小刻みに動かす
歯みがきのポイントは…