

ほけんだより6月号

海東小 ほけん室

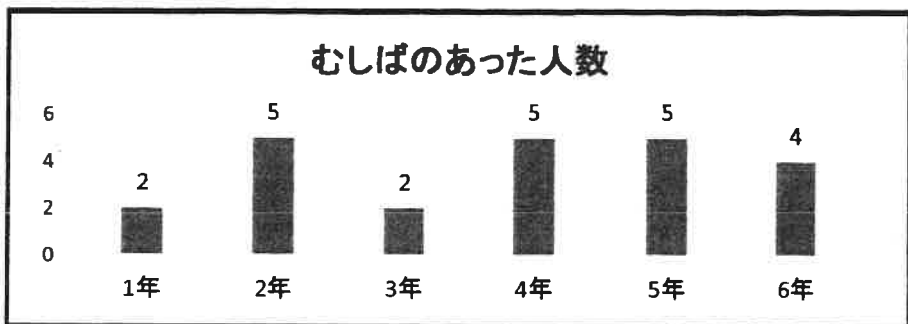
令和4年6月3日



6月4日～6月10日は、「**歯と口の健康週間**」です！

みんなで、**歯と口の健康**について見直そう！

歯科検診の結果、むし歯保有23人(38.9%)でした！



※学校歯科医の真田先生によると、歯垢や歯肉炎も見られ、ていねいな歯みがきが必要だとい

うことでした。

★むし歯を予防するためにがんばること！

1. すくすく元気委員会による「歯っぴー集会」(むし歯の原因と予防について)
2. 各クラスでの歯みがき指導(赤ぞめをして、歯垢を見ます)
3. 「家族はみがきカレンダー」(大人と歯みがきをしてください)
4. 歯の治療とすすんで歯みがきができるようになる

◎家族はみがきカレンダーは6月4日～6月10日までです。6月13日(月)に出してください。

◎絵や習字、標語の募集もします。別紙でお知らせします。

※すくすく元気委員会がいっしょうけんめい練習をしています。がんばります!!!

★ 食べものをかみ切ったり、動かすすりつぶしたりする。

★ 歯の形をととのえる。

★ もぐもぐ、かみかみ…。つばを出す。

★ 力を出すとき、歯を食いしばる。(口をあけると力が出ない。)

★ たくさんがむと、のうのはたらきがよくなる。

★ ことばを正しく話す。

歯のはたらき

★ 歯は、ただ食べるためだけでなく、いろいろなはたらきがあるのです。おとなの歯は、ぬけてしまったらもう2度と生えてきません。大切な歯をむし歯にしないようにしましょう。

歯みがきをしっかり、がんばりましょう！

ここで、あなたの歯みがきをチェック！できているものに○をつけましょう。

- | | | | |
|------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|
| できるときは、食べたあと必ずみがいている。
() | 夜は、ねる前に時間をかけて、ていねいにみがいている。
() | 鏡を見ながら、時間をかけてみがいている。
() | 歯ブラシの毛が開いてきたら、新しいものにかえている。
() |
|------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|

○がつかなかったところを、できるようにがんばりましょう！