

# のびのび



ほけんだより No.3  
6月号  
都呂々小学校保健室



がっ  
**6月**

ほけんもくひょう

は しゅうかん み  
歯みがきの習慣を身につけよう



感染症予防対策でマスク生活が始まってから、みなさんのきらきら笑顔がよくわかる口元はなかなか見ることができなくなりました。にっこり笑ったときの人の印象は、きれいな歯が見えるのと汚れた歯が見えるのとではどちらがよいのでしょうか？マスクで見えないからと、歯みがきがおろそかになっていませんか？はみがきで口の中をきれいにするこは、むし歯予防のためだけでなく、感染症の予防にもとっても大切です。

## とろろっ子の口の中の様子は…？ 歯科検診の結果から

むし歯があった人 (C)

7人

歯の表面が汚れていた人 (歯垢)

1人

むし歯になりかけの歯があった人 (CO)

0人

歯ぐきがはれていた人 (GO)

0人



with コロナ・口腔ケアで感染予防



定期検診

歯石除去

プロケア



歯みがき指導

セルフケアへのアドバイス

6月4日

↓  
6月10日

健康週間  
歯と口の



歯みがき

歯間掃除

セルフケア

洗口



Mouth Wash



舌みがき

口の中を観察してみよう！

ふだんから、おうちの鏡で自分の口の中をよく見てみよう。朝、家を出る前や夜ねる前に、みがき残しはないか、どんな歯並びをしているか、歯ぐきはきゅっとひきしまっているか、奥歯のみぞが黒くなってきたぞ、歯の表面がざらざらするな、いろんな発見があります。

# 歯をみがこう！！

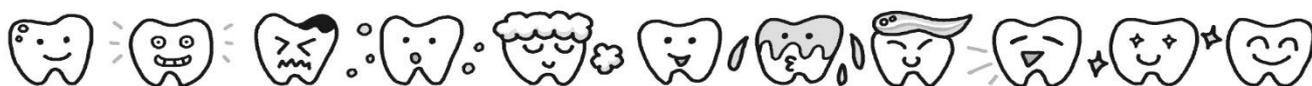


●「はみがきカレンダー」について

6月4～10日は歯と口の健康週間です。お子さんの口の中の様子を見ていただき、正しい歯みがきの仕方を身に付けるきっかけになればと思い、歯みがきカレンダー（1週間用）を配付しました。提出は任意ですが、提出した人にはキラキラシールのプレゼントがあります♪

歯みがきチャレンジ期間： 6月6日（月）～6月10日（金）

提出日（たんにんのせんせいにだしてね。）： 6月13日（月）



## あんこう 暗号にチャレンジ

はじまり

し				た						。		
	こ		れ	ち			る	ぜ			だ	
う		お		み		で						か
の			に	ゆ			ん					ら
	な	か		ー		す						し
				た			が			こ		
				ん		き	ん			う		
	う	そ		す							を	と
じ			の			ち	く、					る
を				か	な	の				に	め	た
す								っ				
	る					ば	を		く	れ	な	
		な			し							く
	ん				む			っ	こ			な
て					。		て		ま		て	っ
	や	め	て		れ	し						
				く				ま	う	か	ら	な。

おわり

ミュータンス菌の手紙をよむために・・・

- 1 「は」をぜんぶけそう！
- 2 たて・よこ・ななめのますにすすもう！

ミュータンス菌きんからのお手紙てがみですが、食たべたらしっかり歯はをみがいて、歯はのよごれをおそうじしましょう！！

↑

このなかには、ミュータンス菌からのお手紙が隠れています。ミュータンス菌は、口のなかのすみずみに住んでいて、歯を腐らせます。歯をみがいて、ミュータンス菌を落としましょう。