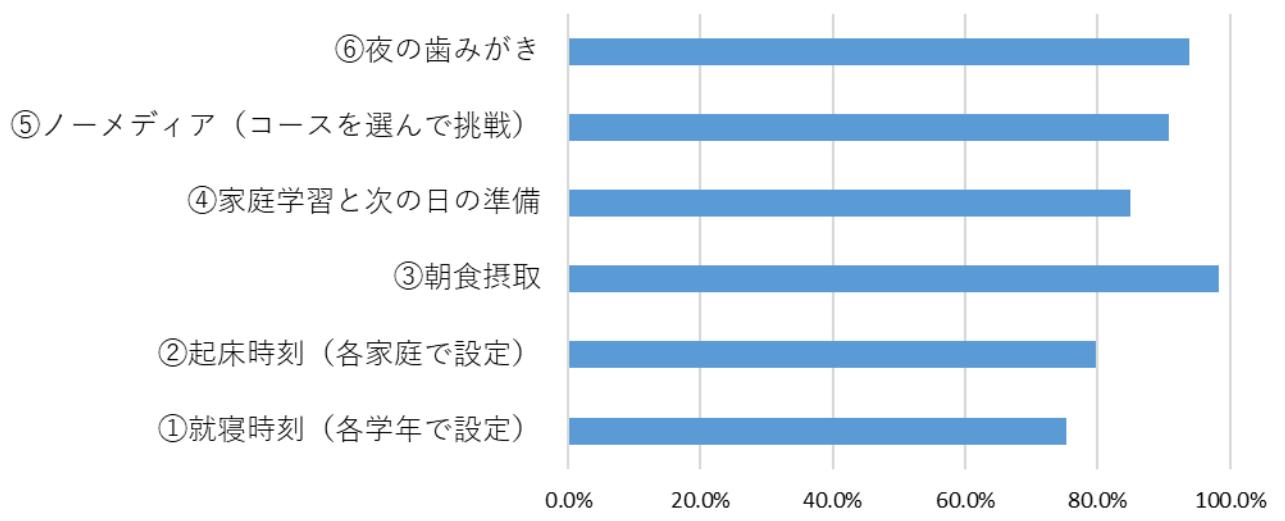


# スマイル週間について

本校では、基本的生活習慣を定着させ、心身の健康増進や家庭学習の充実及び学力向上を図るため、生活リズムの振り返りを行うスマイル週間を年4回計画しています。第1回のスマイル週間を令和7年6月2日(月)～6月8日(日)に行いました。結果は下のグラフの通りです。

第1回スマイル週間結果



## ～夜の歯みがき100%を目指そう～

だ液は、消化を助けるだけでなく、むし歯菌などによって傷ついた歯を修復たり、むし歯菌の増加を防いだりするなど、歯の健康づくりにおいても重要な役割を担っています。

しかし、睡眠中はだ液の出る量が、昼間と比べ少なくなります。そのため、夕食後は、特にていねいに歯を磨き、むし歯を予防しましょう。

