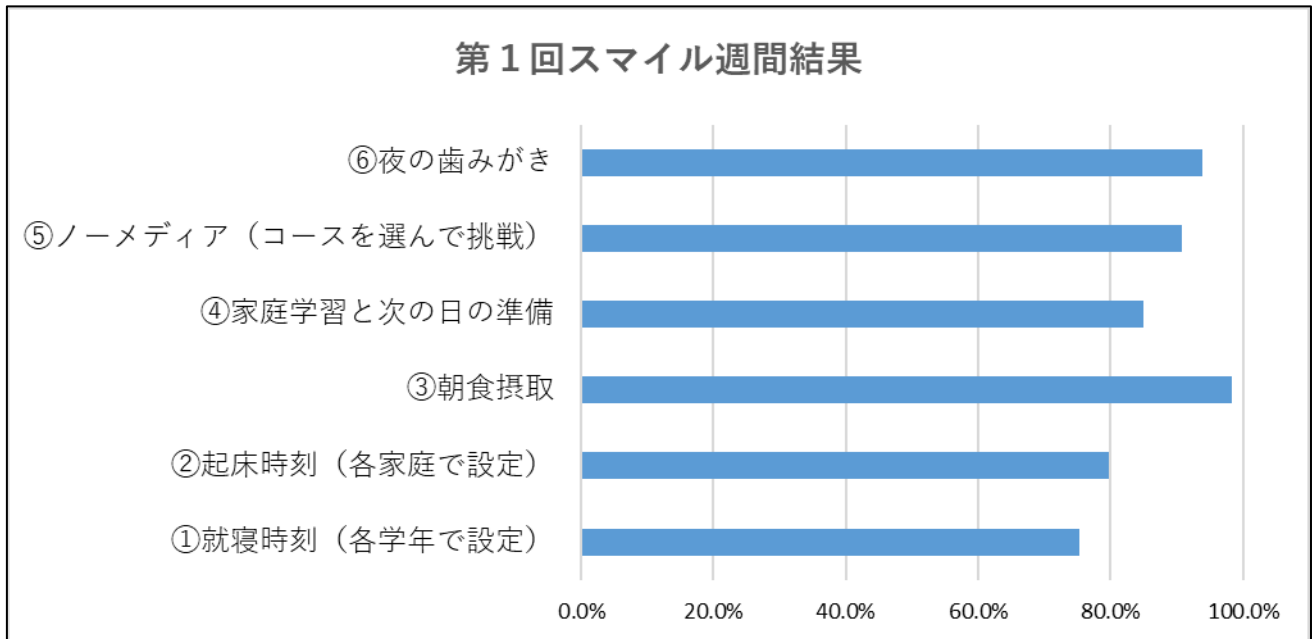


スマイル週間について

本校では、基本的な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。



～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、むし菌などによって傷ついた歯を修復たり、むし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、むし菌を予防しましょう。

