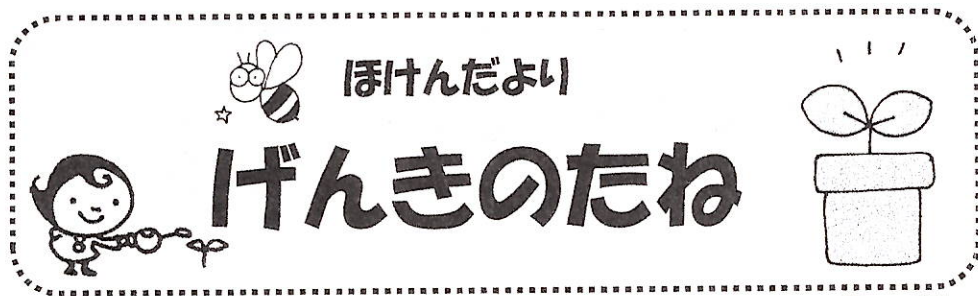


令和7年11月7日
八代市立八代小学校
保健室 松野



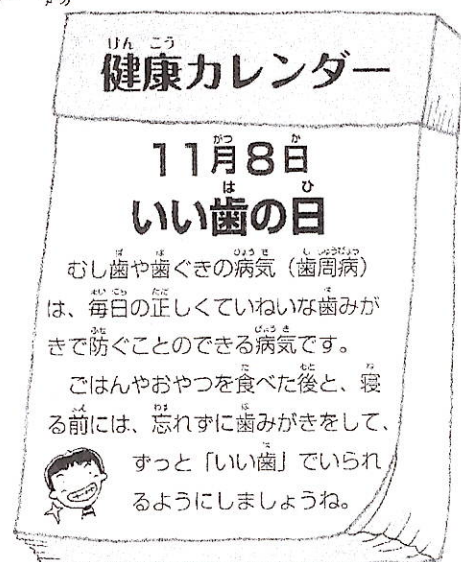
いい歯って どんな歯だろう？

11月8日は「いい歯の日」です。みなさんは、

「いい歯」とはどんな歯だと思いますか？歯が元気なおかげで、毎日おいしく食べ物をしっかりかんで食べることができますね。

また、相手に伝わるように話をすることもできます。重い物を運んだり、走ったりするときに力を出すことができるのも歯のおかげです。

このように、歯はとっても大切な役割をしています。役割を十分に発揮できるよう、ていねいに歯みがきをしましょう。すききらいをせず、よくかんで食べることもいい歯のためのポイントです。



歯がきれいだと、えがおもすてき★

むしばがなかった人、ちりょうがすんだ人



	1-1	2-1	3-1	4-1	5-1	5-2	6-1	6-2
クラスの数 (歯科検診を受けた人数)	27	21	32	31	20	23	18	21
むしばがなかった人	21	18	26	24	12	19	16	19
ちりょうがすんだ人	2	2	1	3	1	3	0	1

歯の治りように通っている人もいます。早く終わるといいですね！
まだ、治りようにとりかかっていない人は要注意!!むし歯は、「かぜ」のように自然に
よくなることはありません。飲み薬で治すこともできません。早く治りようにとりかから
ないと、むし歯がどんどんひどくなりますよ。おうちのひと、治りようの計画を立てま
しょう。



よくかむと、いいことたくさん！！

よくかむと・・・



- ①脳が刺激され、集中力アップ！勉強もめきめきがなされるかも！！
- ②だ液（つば）がたくさん出ます。だ液には、口の中に入ってきたウイルスや細菌などにくっつき、体の中に入ることを防ぐ働きがあります。
かぜなどの予防になりますよ。
- ③だ液が出ると、脳に「おなかいっぱい！」と信号が送られ、
食べ過ぎを防ぐことができます。また、消化を助けます。
- ④「あまい」「にがい」などの味がはっきりとわかるようになります。
- ⑤顔の筋肉がきたえられ、えがおがすてきに♪



食べた後は、はみがきをわすれずに！！

ハブラシの毛先は開いていませんか？

ハブラシの寿命は1か月！確認してみてください！



11月10日は
トイレの日

小さな思いやりで
ピカピカトイレ



トイレからるとき
ちょっと確認

- ・流し忘れていないかな？
- ・汚していないかな？
- ・ゴミは落ちていないかな？

一度にたくさんのトイレット
ヘーハーを流すと詰まっ
てしまいます。気を付けてね

もうすぐ新しいトイレが使えるようになります。きれいなトイレを、みんなできれいに使い続けていけるといいですね。トイレの使い方について、担任の先生といっしょに確認してみましょう。

