



保健だより

平成23年6月7日
尾張旭市立東栄小学校

雨の多い季節をむかえました。外で遊ばず、放課を校舎の中で過ごすことが多くなります。雨が降っている日の廊下は、大変すべりやすいです。



「ろうかは、てくてく」を守って、けがのないようにしましょう。

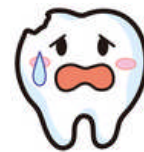
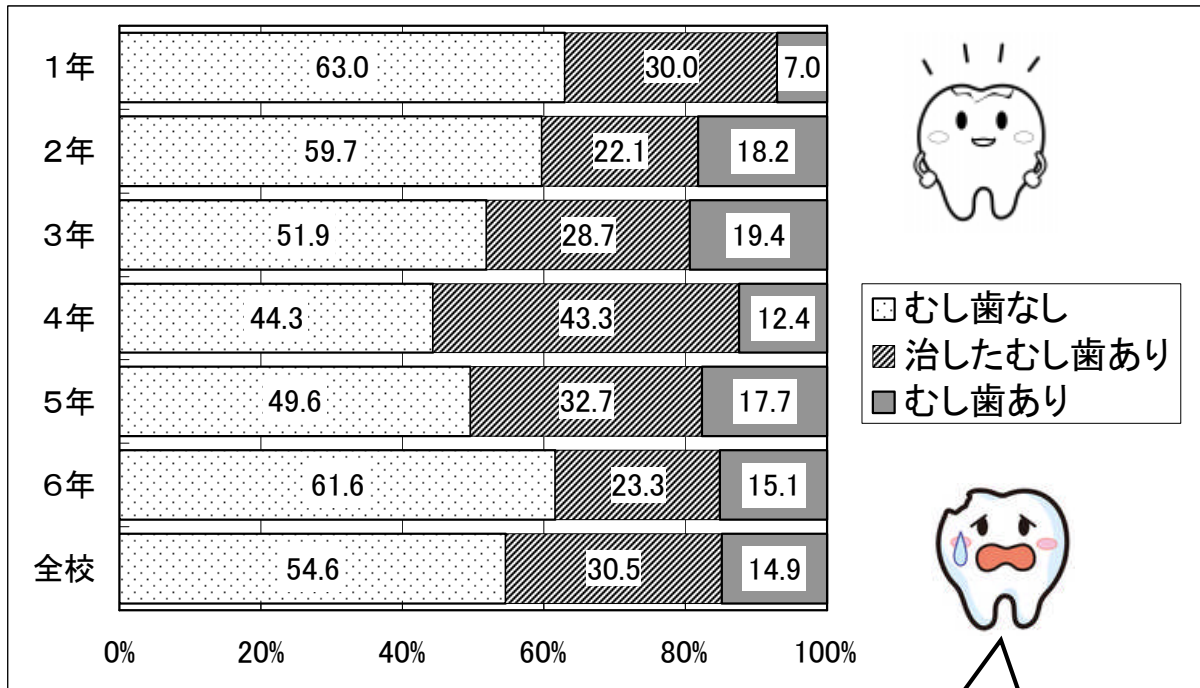


6月の保健目標 「歯みがきの習慣をつけよう」

みなさんの歯は、元気かな。笑顔からこぼれる白い歯、すてきですね。歯の検診が終わり、保健室に「治したよ」というたよりが少しずつ届いています。むし歯があるのにまだ治していない人は、早めに治しましょう。



は か けん しん けつ か 歯 科 検 診 結 果



早く 治そうね。

ば どうしてむし歯になるの？

歯に食べ物のかすがたまと、口の中のばいきんの働きですっぱく
 なります。このすっぱいものには、歯をとかす力あって、歯の表面を
 とかしてむし歯になります。そのままにしておくと、歯に穴があき、歯
 のしんにある神経がむき出しになり、じんじんといたくなるのです。




は けんこう やくそく 歯の健康のための4つの約束




① 歯みがきをていねいに。

☆ おく歯のみぞ
 ☆ 歯と歯の間
 ☆ 歯と歯ぐきの境目



② おやつは時間をきめて。

ダラダラ食べるとむし歯になりやすい。
 ☆ むし歯になりやすいおやつ
 キャラメル チョコレート
 クッキー ドーナツ ジュース など




③ むし歯を早く見つけて、早く治す。



歯みがきの後、鏡を見てむし歯がないか、食べかすが残っていないか調べよう。

④ 好ききらいなくなんでも食べる。



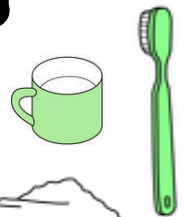
カルシウム、ビタミンB・C・Dをとるようしよう。

は べんきょう 歯みがきについて勉強します

- 6月20日(月) 3年生
- 6月23日(木) 5年生
- 6月27日(月) 2年生
- 6月28日(火) 4年生
- 6月29日(水) 6年生
- 6月30日(木) 1年生

《 1、2、3、5年生の持ち物 》

- ・ はぶらし
- ・ コップ (われにくいもの 2つ)
- ・ フェイスタオル
- ・ 洗濯ばさみ ・ 赤えんぴつ



* 1・3・5年生は、歯科衛生士の政木さんに教えていただきます。

保護者の皆様へ

歯みがき指導では、1年生はオレオクッキーを食べて、口の中の汚れを観察します。また、2、3、5年生は、歯垢染色液を使用して歯垢の染め出しを行います。オレオクッキーを食べられない場合や歯垢染色液を使用できない場合は、ご連絡ください。