



さくら小学校 R6. 6月号 保健室 No.3

6月の目標

歯をしっかりとみがこう

衛生検査
6月11日(火)

歯垢 (プラーク) って何?

「歯垢(プラーク)」は、歯にくっついた細菌のかたまり。歯垢にはいろいろな細菌がいて、むし歯の原因のミュータンス菌も含まれます。

ネバネバしていて、うがいだけでは取れないので、歯みがきで取りましょう。



ピカピカ標語 優秀作品			
1年	たべたらね	はみがきするよ	ピカピカに
2年	まってるよ	ぼくのだいじな	えいきゅうし
3年	ぼくの歯は	ぼくがまもるよ	いつまでも
こすもす	めざすのは	むし歯にまけない	むてきの歯
4年	白い歯の	きみの笑顔は	世界一
5年	むし歯なし	ピカピカの歯	未来の歯
6年	自分の歯	ずっと一緒に	パートナー



歯ピカピカ標語のご協力
ありがとうございました。

児童保健委員会発表

児童保健委員会が標語の発表と歯に関するクイズで歯の大切さを呼びかけました。むし歯の治療100%、「給食後のみがき100%」をさくら小学校の全校児童に呼びかけました。



6月4日~10日は歯の衛生週間です

むし歯に なりにくい人は?



オレはむし菌。
こんな人には
近づきたくない!



★ しっかり
歯みがきをする人



★ よく噛んで食べる人



★ お菓子を
あまり食べない人

むし歯は放っておくと、痛みがでてきて、神経が炎症をおこしたり、熱が出たりして進行していきます。個別面談の際に、治療状況をお聞きますので、6月中に歯医者の予約をお願いします。



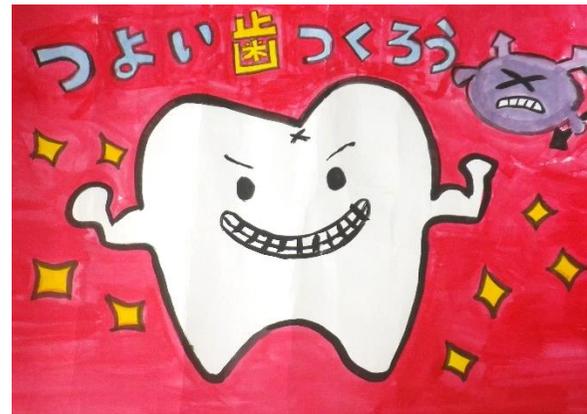
おうちの方へお願い

- 熱中症予防に水分補給をします。
運動前後・運動中・休み時間ごとに水分補給をしています。
水筒を持参させてください。気温が高い日、体育の授業のある日には、大きめの水筒を持参するなど工夫をしてください。(1日あたり1.2ℓを目安)
- プール学習が始まります。(朝の健康観察は重要です)
プール学習の事故を防ぐために、ご家庭で健康観察を忘れずに行って元気であるかを確認し、プールカードに印(サイン)をお願いします。
睡眠不足・朝食抜きはけがや熱中症の原因なることもあります。
(1) 必ず朝食をとってから登校してください。
(2) 十分な睡眠がとれるようにしてください。



歯・口の健康に関するポスター

【 5年生優秀作品 】



5月の連休の宿題として5年生にポスターをかいてもらいました。たくさんの素晴らしい作品を提出してもらいました。ありがとうございました。保健室前に掲示しますので、ごらんください。



しょくご 後は 歯をみがいたら いろいろな色を塗ろう

