

ほけんだより 6月

浦安市立入船小学校 令和7年6月号

6月になりました。日中汗をかくぐらい急に気温が上がったり、夕方寒くなったりと、気温の変化が大きい時期ですね。体調を崩さないよう、衣服で調節したり、着替えたりするようしましょう。



6月の保健行事

4日 耳鼻科検診 1・3・5年(わかしお1・3・5年)	9日 歯科検診 5・6年(わかしお5・6年)
11日 眼科検診 1・2年(わかしお全学年)	19日 歯科健診 1・2年
24日 歯科検診 3・4年(わかしお2~4年)	

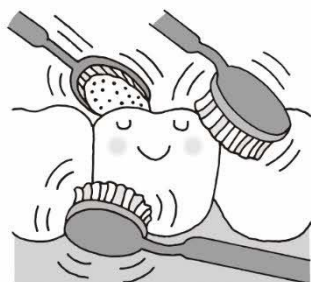
*6年生は歯科検診で、よい歯の代表が選ばれます。しっかり歯みがきをしましょう。

6月4日~10日は歯と口の健康週間です。

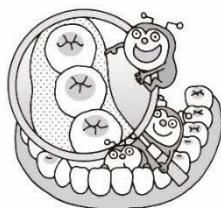


みがき残しの多い所は、歯ブラシとフロスでしっかりみがこう！

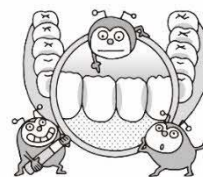
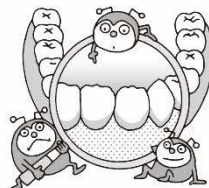
歯ブラシの持ち方は、えんぴつを持つようにしましょう。みがくコツは、こきざみに動かすこと。1本の歯を20回こするイメージです。みがきにくい所は、歯ブラシのあて方を工夫して鏡を見ながらみがいてみてください。(前歯は、縦にして歯の形に合わせる。歯ぐきとのさかい目は斜めにあてる。)



奥歯のかみあわせ



歯ぐきのさかいめ



歯と歯のあいだ

その口の中



むし歯菌が大好き!?

歯みがきをていねいにしていない



歯についた
白いかたまりは、
ボクたちの家。
歯みがきなんて...
簡単でいいよ!

白いかたまりは歯垢と
言って、むし歯や歯周
病の原因になる菌がたくさんい
ます。水に溶けにくいので、う
がいだけではダメ。歯みがきで
きちんと取りのぞきましょう。

おやつをダラダラ食べている



砂糖がたくさん
入ったおかし。
ダラダラ食べようよ!

むし歯菌は、ダラダラ
食べている口の中が大
好き。食べものに含まれる糖分
をエサにして酸を作り出し、歯
を溶かしてしまいます。おやつ
は時間を決めて食べましょう。

あまりがまずに食べている



だ液がたくさん
出たら流されちゃう!
よくかまなくても
いいよ—

口の中の汚れを洗い流
してくれるだ液。よく
かんで食べるとたくさん出ます。
普段からかみ応えのあるものを
選んで、ひと口30回しっかりか
みましょう。

保護者の方へ

- ・眼科や内科など検診が終了した場合、治療の必要な時やお知らせが必要な時のみ、手紙を配付しています。内容に応じて受診や経過観察をしていただき、報告の用紙を提出していただけますでしょうか。全体の結果については7月に配付予定のけんこうカードをご覧ください。
- ・視力のお知らせが、例年と違う形式になっておりますが、成長システムの移行に伴う一時的なもので、来年度は例年同様となる予定です。