

6月 けんこうだより

令和6年6月
習志野台第二小学校
保健室発行 No.3

梅雨の季節です。感染症の予防はもちろん、この時期に心配な食中毒の予防も手洗いが基本です。手洗いをしっかりしましょう。また、湿度の高い時は、熱中症に要注意です。室内でも窓や扉をあけるなど、気温と湿度に気をつけて生活してください

6月の保健目標

むし歯を予防しよう

ずっと健康に過ごすために、歯が健康であることも大切です。そのためには、むし歯にならないように予防しましょう。

予防のためにはまずは歯みがきをすること。

毎日必ず歯みがきをするように習慣づけましょう。また、定期的に歯科医院に行って、口の中、歯の様子を見てもらうこともおすすめです。歯の寿命を守るために、今から始めましょう！



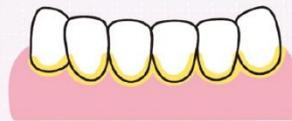
おぼえよう!

歯の **みがき残しやすい** ところ

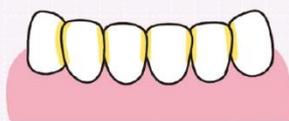
奥歯のみぞ(まん中のへこみ)



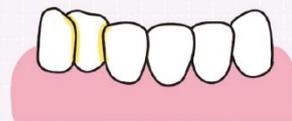
歯と歯肉(歯ぐき)のさかいめ



歯と歯の間



歯ならびがデコボコなところ



どれも「歯ブラシの毛先が届きにくいところ」なので、食べもののかすや歯こう(むし菌のかたまり)が残しやすいのです。歯みがきをするときは、これらの場所をとくに注意して、時間をかけていねいにみがくようにしてくださいね。



すいえいがくしゅう はじ
水泳学習が始まります。

やくそくをしっかり^{まも}守って、^{あんぜん}安全に^{がくしゅう}学習しましょう。

プールのやくそく：みんなのあんぜんのために

プールサイドを^{はし}走らない



プールにとびこまない



ふざけない・さあがない



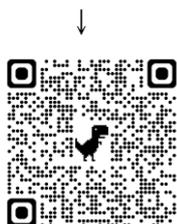
つかれたらむりをしない



<保護者の方へお知らせ>

歯科健診が終わりましたら、結果のお知らせを配付します。治療が必要な場合は、歯科医院への受診をお願いいたします。受診されましたら、お知らせ下部の受診報告書にご記入の上、紙で提出いただくか、QRコードを読み取り Google フォームへの入力による受診報告、どちらかをお願いいたします。

受診報告のQRコード及び、URL をこちらにも記載しますのでご使用ください。



<https://forms.gle/ZF7yyqQGD1FchhwC9>