

ほけん・あんぜんだより6

(お家の人と読んでね!) 令和8年6月2日 常総市立豊田小学校

6月4日~10日

歯と口の健康週間

よくかんで食べよう

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.
11. 12.



よくかむことで、こんないいことがあります。

- ★だえきが出て、むし歯や歯肉炎の予防になる
- ★満腹感があるので、食べすぎを防げる
- ★食べ物の栄養を吸収しやすくして、おなかの調子を整える
- ★脳の働きを活発にする



よくかんで食べるために心がけることは

- ★だれかといっしょに食事を楽しみながら食べる
- ★味付けや歯ごたえを楽しみながら、ゆっくり食べる
- ★「ながら食べ」をしない
(テレビやスマホを見ない)

5月14日歯の検査がありました。検査の結果は? (検査人数63人)

むし歯が1本もない人		19人
むし歯	治した人	13人
	治していない人	31人
歯肉炎・歯石のある人		13人

「受診のお勧め」の欄に○がついて
いた人は、
早めに歯科医での治療・相談を受け
てくださいね。

※検査結果のお知らせは、全員に配りました。検査当日、欠席した人は早めに学校歯科医さんのところで、受診するようお願いいたします。

♡ほけんしつより♡

おうちの都合でなかなか受診できないお子さんもいます。歯の治療も大切ですが、歯についてお子さんと会話をすることが何より大切だと思っています。お子さんの歯の状態を確認して、歯みがきの仕方やおやつの取り方など、お子さんと楽しく歯の健康を心がけてください。

今月の目標【保健】歯のけんこうを考えよう 【安全】雨の日はしずかにすごそう

雨の日、ツルッと注意!



一步一步を
慎重に!

- ・ろう下や階段
- ・道路の白線
- ・マンホールのふた
- ・玄関などのタイルの床

梅雨時も油断大敵 熱中症

梅雨の合間に急に気温が上がった日は要注意です。頭痛やめまい、吐き気などの症状を感じたら、風通しのよい場所で休みましょう。汗をたくさんかいたときは、スポーツドリンクなどで水分補給を。



雨の日の登校 ビショビショ

雨の日は、服やくつ下がぬれてしまうことがあります。替えのくつ下を1足、ランドセルに入れておいていただけると子供たちも安心です。ご協力をお願いします。



保健室日記

リンゴの木には「虫くいリンゴ」
歯医者さんでの治療が1人終わると、シールを1こずつはがします。早めにまっかなリンゴを実らせてくださいね。

去年は全員コンプリートしました

★は歯にかんするなぞなぞ★

はたけで歯をぬいたら、何かがはえてきたよ。何かがはえてきたのかな?

