

すこやか

ほけんだより 6月号
平成25年6月4日
鷹巣小学校 保健室

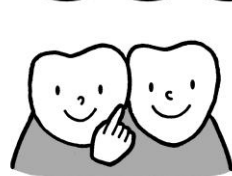


鷹巣っ子！めざせ むしばゼロ！

みなさんの健康診断の結果はいかがでしたか？鷹巣っ子でむし歯のある人は合計11人でした。なんと5・6年生は0人でした！むし歯の紙をもらっている人は、早めに治療にいきましょう。



みがきのこしが多いはこんなところ



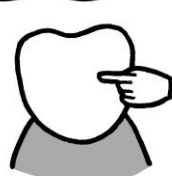
歯と歯のすきま



おく歯のみぞ



歯と歯ぐきのさかいめ



歯のうら

食べもののカスが残りやすく、汚れがたまりやすい場所です。

ハミガキのとき、とくに気をつけてみがいてみましょう。

チェックしてみよう！自分のハブラシ！

みなさんが毎日つかっているハブラシは、もしかしたら、そろそろ取り替えたほうがいいかもしれません。

長く使っているハブラシは、毛の弾力がなくなり、歯をきれいにみがけません。また、歯ぐきを傷つけることもあります。



フールが 6/24(月)からはじまります



フール学習の前に

<p>○目・耳・鼻・皮膚の病気がある人はなおす</p>	<p>○手足のツメを切る</p>	<p>○耳そうじをする</p>
<p>○前の日はお風呂に入る</p>	<p>○前の日は早くねる</p>	<p>○忘れ物がないよう準備する</p>
<p>○朝ごはんはしっかり食べてくる</p>	<p>○朝カラダの調子がわるかったら、おうちの人に必ず伝える</p>	

キレイなハンカチもってきてますか？

手洗いをした後、こんな人を見ます。

- 体操服ズボンでふいている人
 - 友達のハンカチを借りている人
 - 手をふって水をとばしている人
- また、ポケットに何日も同じハンカチが入っていませんか？

毎日キレイなハンカチを使って、きれいに手洗いをしていきましょう！

