



るりこさんが  
もってきてくれ  
た、月桃の花

# ほけんだより

## 6月

吉原小学校保健室  
R5.6.2 釘宮みちる

### ～6月の保健目標～

くち なか けんこう  
口の中を健康にしよう

6月4日～10日は歯の衛生週間。本校でも、歯っぴ～集会やブラッシング指導など取り組みが盛りだくさん！いつまでも健康な口の中を保ちましょう。



### 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、うがだけでは取れないので、歯みがきで取りましょう。



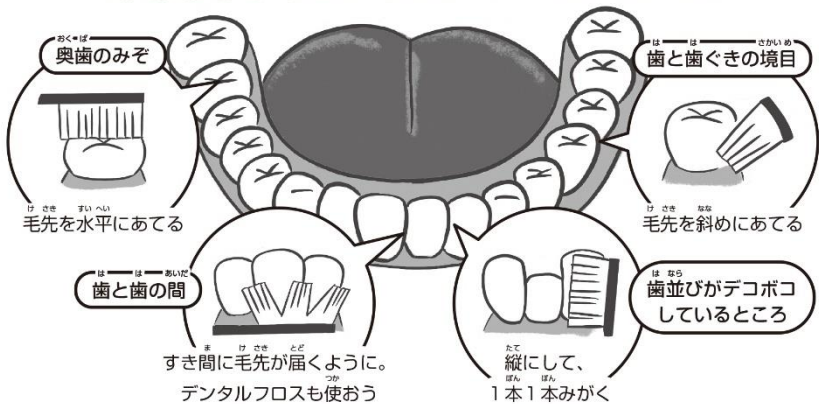
ほう 放っておくと、こんなことになるかも…

ミュータンス菌が糖分をエサに歯に穴を開け、むし歯になる。

歯ぐきが腫れて歯周病になる。ひどくなると歯が抜けることも。

### しっかりみがいて歯垢をとりのぞこう

#### みがかき残しやすい場所とみがき方



## 5/18歯科検診



大きく口をあけて、しっかり検査できました♪

検査結果を、養護教諭と一緒に確認しました



全体的に、歯の汚れが少なくきれいに磨かれました。各家庭の口腔の健康への関心が高いと思います。家庭・学校での歯みがきの取り組みがしっかり行われていますね。



学校歯科医  
山城 安貴 先生より



どんなに歯みがきを頑張っても、とれない汚れはあります。半年に1回は歯医者さんできれいに掃除してもらおう

### おうちの方へ



#### 歯ブラシの交換

6/5(月)にブラッシング指導を行います。しっかり歯の汚れを落とすため、歯ブラシの毛先がバラバラになった児童は、お知らせしますので、5日(月)までに新しい歯ブラシを学校へ持たせるよう、お願い致します。



### ほけんしつのもど

#### 池の柵を修理！

校長先生が池の柵を修理しているのを見て、手伝ってくれた翼さん。機械の使い方のコツをすぐにつかみ、あっという間に修理が終わりました。学校の安全を守ってくれてありがとう(^ ^)\*

