

ほけんだより

令和4年6月9日
白川小学校
ほけんしつ
保健室

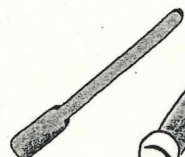
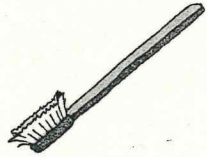


6月のほけん目標

歯を大切にしよう。

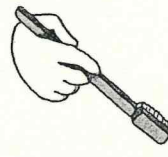
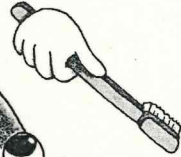
歯みがき ジョーズの歯ブラシは？

- ① 毛先が広がっている
- ② 後ろから毛先が見えない



歯みがき ジョーズの握り方は？

- ① グー持ち
- ② えんぴつ持ち



歯みがき ジョーズのヒミツ

教えます

歯みがき ジョーズの力の入れ方は？

- ① 毛先が広がらない程度の軽い力で
- ② 強い力でゴシゴシ



歯みがき ジョーズの鏡の使い方は？

- ① 歯みがきをしながら鏡を見る
- ② みがき終わるまで鏡を見ない



歯ブラシは ②

毛先が広がった歯ブラシでは、汚れが十分落とせません。1カ月に1回を目安に交換しましょう。

握り方は ②

余計な力が入りにくい「えんぴつ持ち」がオススメ。歯ブラシを軽く握って細かく動かしましょう。

力の入れ方は ①

力を入れすぎると、歯や歯ぐきを傷つけてしまうかもしれません。軽い力でみがきましょう。

鏡の使い方は ①

ブラシがきちんと歯にあたって、奥まで届いているかなど、鏡で確認しながらみがきましょう。

みがいたあとのチェックも鏡を使うと



あじさいの英語名は「ハイドランジア」、水の器という意味です。たっぷりの水を蓄えていることが由来だそうですよ。でも、大きな葉っぱがたくさんあるので、乾いてしまうと元気がなくなります。だから、雨の時期にうれしそうに咲くんですね。雨がずっと続き、気が下がを向いてしまいがちですが、植物にとっては大切な雨。元気に乗り切りましょう。

ちなみに… 怖いサメが出てくる映画もありますが、ジョーズ (jaws) は英語で「あご」のことを言います。



よくかむといいこと
“あいうえお”

ひとこと
30回

かんでいますか？

しっかり「あ」ごを使って丈夫に

「い」の働きをたすける

あごの「う」んどうで脳を刺激

食べ物の「えい」ようを吸収しやすくする

「お」なががいっぱいになって食べすぎ防止

お知らせ よい歯のコンクールについて

定期健康診断の歯科検診時に最高学年の6年生の中で一番良い歯の人が、よい歯の学校代表者として選ばれます。

本年度は、6年 丹羽 輝希 さんが選ばれ優良賞をいただきました。

「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」に向けて、2年生は図画、5、6年生はポスターに取り組みました。その結果下記の2名が学校代表に選ばれ下記の賞をいただきました。

図画の部	優良賞	2年	広森 心優 さん
ポスターの部	優良賞	6年	山本 琉檜 さん

図画・ポスターコンクールに出展された作品(亀山市の各小、中学校代表作品)展示が下記の日程で行われています。エコーでの展示はすでに終了していますが、市役所での展示が行われていますので、ご案内させていただきます。

6月1日(水)～6月6日(月) 16:00… 亀山エコー1階(すでに終了しています)

6月8日(水)～6月14日(火) 15:00… 亀山市役所1階ロビー

本校で図画・ポスターに取り組んだ、2年、5年、6年生児童の作品は、各教室に掲示してあります。