

# ほけんだより



れいわ ねん かつ にち  
令和5年6月5日  
しらかわしょうがっこう  
白川小学校  
ほけんしつ  
保健室

## もくひょう 6月のほけん目標

は たいせつ  
歯を大切にしよう。

ころもが きせつ はん ぎ ひと りん  
衣替えの季節になり、半そでやうす着の人が増えてきました。でも、この時期は雨が降ると急に肌寒くなることもあります。  
そんなとき、ぬい だり ぎ たり の できる 上着 を 用意 しておく と 便利 です よ。 体 調 を く ず さ ない よう、 上手 に 衣服 の 調節 を し て くだ さ い ね。  
また、こまめな水分補給、早ね・早おき・朝ごはん、で毎日をリズムよく過ごして乗り切りましょう！なお、熱中症予防のため、  
げこうじ の よう ちゃ りょう ちょうせつ ぼうし、あせ まいにちも ねが  
下校時飲める様お茶の量も調節いただき、帽子、汗ふきタオルも毎日持たせていただきますようお願いいたします。



### お知らせ よい歯のコンクールについて

ていきけんこうしんだん し かけんしんじ さいこうがくねん ねんせい なか いちばんよ は ひと  
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。

ほんねんど ねん さの うせう えら ゆうりょうしょう  
本年度は、**6年 佐野 右京 さん**が選ばれ**優良賞**をいただきました。

は くち けんこう かん すが む ねんせい すが  
「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、  
ねんせい と く けっかかき めい がっこうだいひょう  
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  
えら かき しょう  
選ばれ下記の賞をいただきました。

すが ぶ	ゆうりょうしょう	ねん	さの	あん
図画の部	優良賞	2年	佐野	安さん
ポスターの部	優良賞	6年	明石	梨央奈さん

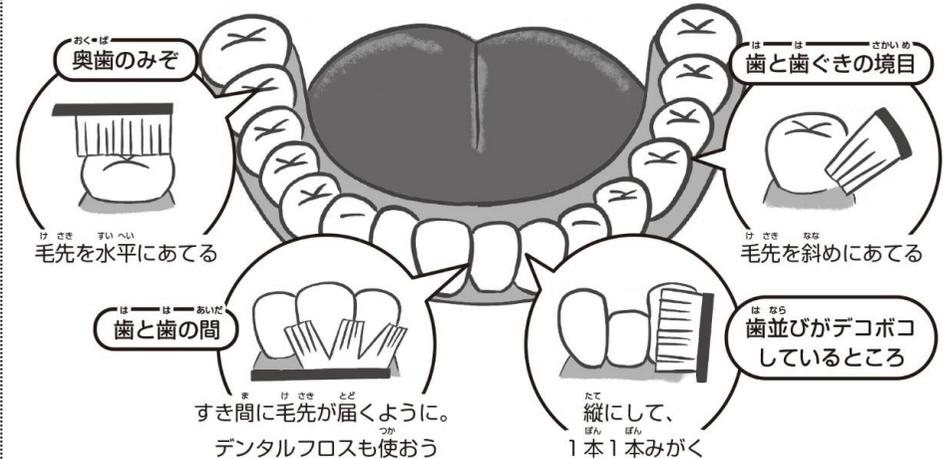
すが しゅってん さくひん てんじ かき にってい おこな  
図画・ポスターコンクールに出展された作品の展示が下記の日程で行われて  
あんない  
いますので、ご案内させていただきます。

がつ にち もく がつ にち すい ご こ じ ぶん かめやま かいしょうめんきたいりぐち  
6月1日(木)～6月7日(水)午後3時30分まで… 亀山口-1階 正面北入口

がつ にち きん がつ にち もく ご こ じ かめやましやくしょ かい  
6月9日(金)～6月15日(木)午後12時まで… 亀山市役所1階 ロビー

しょうめんげんかんはい ひだりておく  
(正面玄関入って左手奥)

### みがか残しやすい場所とみがか方



### ほごしゃ かた 保護者の方へ

しんたいそくていおよ けんこうしんだんとう けっか し きょういくいいんかい べっし  
身体測定及び健康診断等の結果のお知らせについて、教育委員会から別紙の  
つうち とど いちどくねが  
通知が届いておりますので、ご一読願います。

けんこうしんだんとう けっか およ ほごしゃごんじ はいりふ  
(健康診断等の結果及び「のびゆくからだ」は、保護者懇時に配付です。)

うらもみてね

# 歯を守れ! 怪盗からのお知らせ

怪盗ハヌケ

歯みがきして  
いない子の  
歯を盗む

ハミガキ警部

子どもたちの  
歯の健康を  
守っている

歯垢

細菌のかたまり。  
歯にくっついて、  
むし歯や歯肉炎を  
起こす

ハミガキ警部!  
怪盗ハヌケから  
暗号の予告状です!

なにっ?!

予告状  
ガクんのC1・GOの  
をいただきます。  
怪盗ハヌケ

「お嬢様~!  
いったい何を盗むつもりだ!?  
ハヌケめ!

ん?  
ハッ

『ハ』ヌケ...か!  
ガクんのC1・GOの  
をいただきます。  
よし!  
ハガクんのもとへ急ごう!

ハガクんの  
いえ

歯みがき、  
面倒くさいから  
最近してないな~

歯みがきを!!?  
していないだと

わっ!  
びっくりした

怪盗ハヌケから  
予告状が届いたぞ

C1(初期のむし歯)とGO(軽度の歯肉炎)があるではないか。  
歯みがきをしないと、歯を盗まれてしまうぞ!

歯がなくなると、こうなるぞ

- ・食べ物をおいしく食べられなくなる
- ・うまく話せなくなる
- ・体のバランスが悪くなる
- ・歯を見せて笑うのが恥ずかしくなる

おいしいもの食べたいし、  
友だちともいっぱい  
話したいよ!

歯みがきする!

ハガクんの歯を  
いただく計画を  
進めるか  
PIPIPI...

ん? ...歯垢と連絡がつかないぞ!  
まさか!

歯みがきしたのか?!

くそ~!  
おぼえてるよ!

歯をずっと大切に  
するんだぞ

みんなも  
毎日きちんと  
歯をみがこうね

まいにち  
シャカ  
シャカ♪

歯みがき  
チェックリスト

- ✓ 食事の後に歯みがきをしている
  - ✓ 歯ブラシを持つときは「えんぴつ持ち」をしている
  - ✓ 歯ブラシは軽い力で、こきざみに動かしている
  - ✓ みがき残しやすい場所もみがけている
- ◇ 奥歯のみぞ   ◇ 歯と歯の間   ◇ 歯と歯ぐきの境目
- ✓ みがいた後は鏡でチェックしている
- 毎日チェックして、いつもきれいな歯でいよう!

