

ほけんだよりの目

平成30年6月6日 堺市立福泉上小学校 保健室

たいいくたいかい 体育大会では、おお 大きなげや体 たいちようふりよう 調不良もなく、げんき 元気 いっぱい かつやく 活躍 できました。まいにちあせ 毎日汗だくになりながら、いっしょうけんめい 一生懸命に れんしゅう 練習 していましたね。とうじつ 当日は、すこ 少々 きんちよう 緊張 しているようでしたが、すてき 素敵な えがお 笑顔で、さいご 最後まで やり抜く すがた 姿 に かんどう 感動 しました。

がつ 6月、ことし 今年も つゆ 梅雨の 季節 が やって きました。ろうか 廊下 は あめ 雨 で すべ 滑り やすく なります。たいへん 大変 危険 ですので、げが けが に 繋が る よう な こうどう 行動 を しな い よう に、きょうしつ 教室 での あめ 雨 の ひ す 日 の 過 ご し 方 を よく かんが 考え ましょう。

6月 保健目標 歯を大切にしよう！

歯にはこんな役割があるんだね！

歯の役割ってなあに？

歯の一番の役割は、食べ物を細かくかみ砕いて、栄養を吸収しやすくすること。

でも、歯にはそのほかにも大切な役割がいっぱい！ クイズに答えながら考えてみよう。

Q 歯がなくなったらいつものようにできなくなるのは、次のうちどれでしょう？

1

国語の授業
の音読



2

休み時間の
ボールあそび



3

ごはんを味わって
たべること



A 答えは… ゼーんぶ！

発音や会話がはっきりできるのは、歯がきちんとそろっているおかげです

走ったり力を出すときには、ぎゅっと歯をくいしばります。歯は、運動にも大切です

よく噛むと歯ごたえや食感、味を楽しむことができ、噛む刺激で脳が活発になります

★お知らせ★

6月12日(火)14時より、学校医の木寺先生が来校されます。健康相談等がございましたら、事前に保健室までお申し出ください。

だれ クイズ わたしは誰でしょう？

みんなの健康のために働いているよ！ ヒントは3つ！



- 1 日に約1～1.5リットル出る
- 2 食べ物の消化を助ける
- 3 口の中をきれいにしておし歯になりにくくする



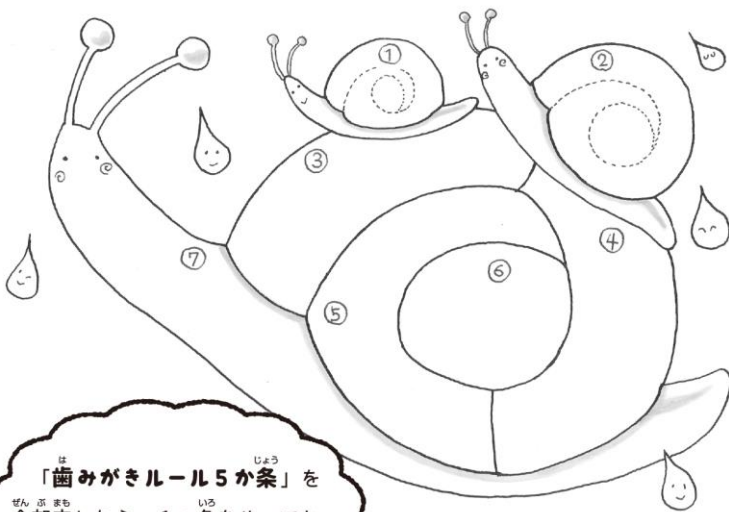
せい かい
正解は… **だ液**

だ液は、よく噛むとたくさん出ます。ごはんのときはたくさん噛んで、おし歯になりにくい口の中を目指そう！

やってみよう！

きょう
今日もうまくみがけたかな？

は 歯みがきカレンダー



は
「歯みがきルール5か条」を
ぜんぶ
全部守れたら、1つ色をぬってね。
7日後にどれだけきれいな絵を
かんせい
完成させられるかな？

は 歯みがきルール

5か条

- 1 歯ブラシを細かく動かして、歯を1本1本みがく
- 2 えんぴつをにぎるように持って、軽い力でみがく
- 3 歯と歯の間や、歯と歯ぐきの境目、奥歯、歯並びのわるいところに注意してみがく
- 4 歯みがきが終わったあと、舌で歯をさわったらツルツルしている
- 5 1日3回以上 歯をみがく



医療費の援助について

就学援助を受けておられる方は、下記の決められた病気に対して医療券による援助が受けられます。医療券は原則として、受診後には使えませんのでご注意ください。また、月ごとに発行が必要となります。2か月にわたる場合は再度ご請求ください。医療券が必要な方は、担任を通じて保健室までお知らせくださいますようお願いいたします。

◎医療券が使える疾病名

トラコーマ・結膜炎・中耳炎・慢性副鼻腔炎・アデノイド・はくせん・かいせん・膿かしん（とびひ）・寄生虫病・むし歯

保護者のみなさまへ

日頃より学校保健活動にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。耳鼻科検診・眼科検診で所見のあったお子様へ、結果のお知らせを配布しました。もうすぐ水泳授業が始まりますので、できるだけ早めの受診をお願いいたします。なお、歯科検診の結果につきましては、児童全員へ配布させていただきますので、ご確認よろしくをお願いいたします。

ほれいせい
保冷剤のご協力

ありがとうございました。

