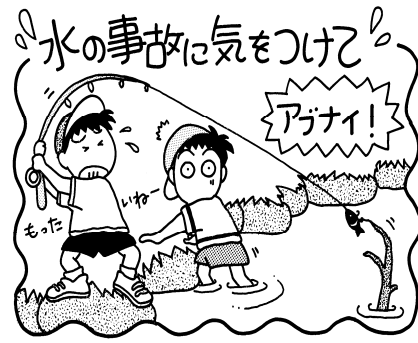


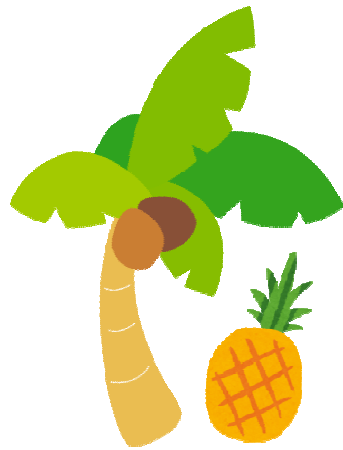
ほけんだより

赤阪小学校
保健室
H28.7.15 No.7



来週は終業式です。みなさんは、1学期を元気に楽しくすごせましたか？

さて、もう夏休みの計画は立てていますか？せっかくの長い夏休みですから、しっかり計画を立て、ふだんできないことにも挑戦してみましょう。くれぐれも、けがや病気、特に熱中症には気をつけて、楽しい夏休みをすごしてくださいね。



☆ほけんしつから夏休みの宿題☆

	全校（人）
受診が必要な人	33
受診報告書を出した人	11
まだの人	22

① むし歯をなおす！！

歯科検診のお知らせでCにOのある人は、早めにいってみてもらいましょう。

←現在の赤阪小学校の歯のちりょうのようす

② 始業式に、元気に登校する！！

これが一番大切。よい夏休みを～♪



7月の保健目標

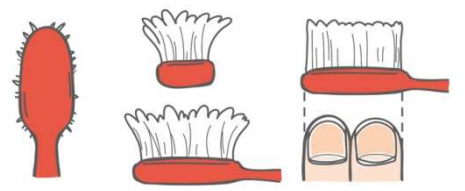
は 歯のざらざらがなくなるまで、きれいに歯をみがこう

せっしやは、「はみがきにんじや」。みんなの歯をキレイにみがくための「心得」を伝授するぞ！



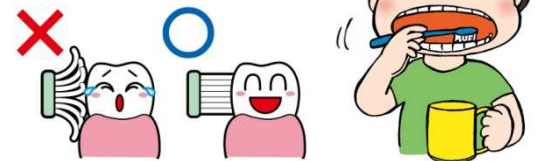
一、武器（歯ブラシ）は一流のものをを使うべし

毛先が広がっているものでは、よごれは落ちない！
ブラシは指2本分の大きさを選ぶべし！



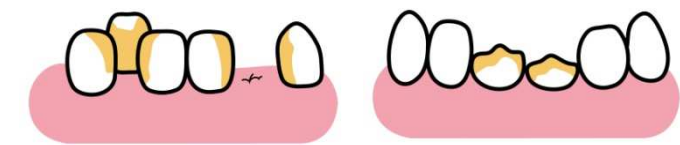
二、そっと、やさしく、根気よくみがくべし

力を入れすぎてみがくと、歯の表面や歯ぐきが痛んでしまうぞ・・・
とくに、ブラシがすぐに広がってしまう人は、もっとやさしくみがくべし！みがくときに、シャカシャカと大きな音をたてないようにみがくのじゃ！



三、自分の弱点を知るべし

みがきのこしの多いところは、「奥歯のみぞ」「歯と歯の間」「歯と歯ぐきの間」と言われている。が、歯の形や歯ならば、ひとりひとり違うのじゃ！だから、自分に合ったみがき方をマスターすべし！まずは、みがいた後、舌でチェックじゃ！ざらざらしているところが、きみの弱点と心得よ！



裏面もあります

