



ほけんだより

6月号

お家の人と読みましょう

令和7年6月2日

三沢小学校

保健室 No.5

6月は歯と口の健康月間です！！



6月の生活目標は、「健康で安全な生活をしよう」です。具体的な目標の一つとして、「だまってすみずみまで歯をみがこう」という項目があります。どのクラスでも意識して取り組みをしています。これから、健康委員会の児童、養護教諭によるブラッシング指導も実施していきます。この機会に、ぜひ、ご家庭でも歯みがきの様子を見ていただければと思います。

★歯のポスター・標語・・・6月20日（金）までに提出 ※ポスターは希望者

★親子歯みがきテスト・・・6月6日（金）～6月13日（金）

6月16日（月）までに提出

★はみがきカレンダー・・・6月16日（月）～6月22日（日）

6月25日（水）までに提出

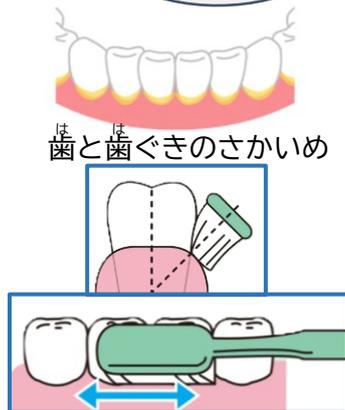
4日の耳鼻科検診を最後に、学校検診が終了します。
ご協力ありがとうございました。
早速病院へ行き、受診をしていただきありがとうございます。
まだの方は早めに病院へ行き治療をよろしく願います。



汚れがたまりやすいのは、こんなところだよ！

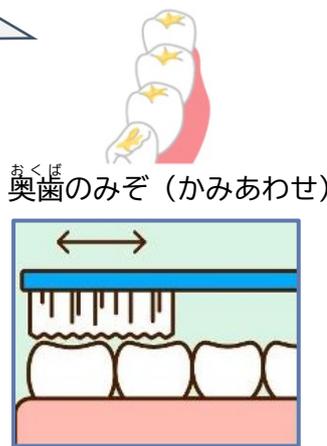
歯ブラシ、じょうずに使えてるかな？

歯と歯のあいだ



歯と歯ぐきのさかいめ

ハブラシを歯と歯ぐきのさかいめにななめにあて、こまかく軽い力で動かす



奥歯のみぞ（かみあわせ）

毛先を水平に当ててこまかく動かす



歯並びがわるいところ

ハブラシをたてに持ち、小さく動かしながら歯と歯のあいだをていねいにみがく



抜けた歯のまわり

ハブラシをたてやななめにして、となりの歯をていねいにみがく



プールが始まります！

爪きり、
体調管理
準備はOK？

水泳学習では特に体調管理が大切です。無理をすると体調がさらに悪くなったり、思わぬけがにつながったりすることもあります。今年も安全な水泳学習ができますよう、子どもたちの体調管理や準備にご協力をお願いいたします。