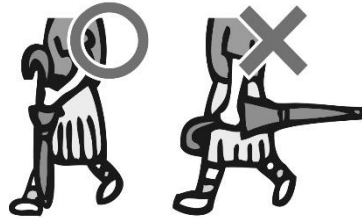


# ☆！ほけんだより☆！6月

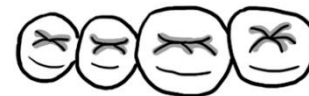
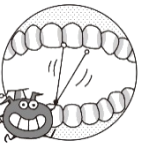
令和3年6月7日  
志木市立宗岡小学校  
校長 石田賢一  
養護教諭 松本美菜

6月に入り、雨の季節をむかえます。6月は、**天気が悪くて外遊び**ができないため、**つい教室や廊下で走り回ってしまい、思わぬけが**をする人が増える時期でもあります。そんなときこそ、**部屋の中で楽しく過ごす方法を見つける良い機会**です。また、**天気によって気温の差が大きい時期**なので、**体温の調節ができる服装**にして**元気よく過ごせるように心がけ**ましょう😊

たたんだカサ、たて？ よこ？



## おぼえよう！ <sup>のこ</sup>みがき残し<sup>のお</sup>が多い5つのポイント



おく<sup>ば</sup>歯のみぞ  
(まん中のへこみ)



背が低くなっているところ

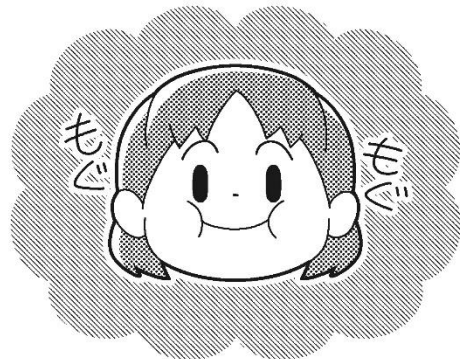


歯のうらがわ

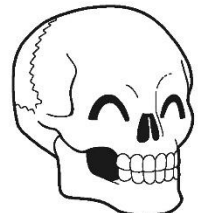
## よくかんで食べると、いいことがいっぱい！



だ液がたくさん出て、  
むし歯を予防する



脳の働きが活発になる



あごの骨や筋肉が  
じょうぶになる



消化をよくし、胃腸の  
働きを助ける



すぐに満腹になり、  
食べ過ぎを防ぐ

© 少年写真新聞社 2021

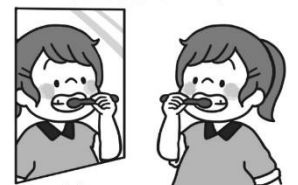
## 🦷 6月・7月の健康診断予定 🦷

健康診断項目	学年	月/日 (曜日)	目的	注意事項
歯科検診	1・2年	6/24 (木)	歯と口の様子を見て、むし歯などが ないか調べる。	朝ご飯のあと、必 ず歯をみがいてき ましょう。
モアレ検診	5年・対象者	7/1 (木)	脊柱の異常の有無 を調べる。	体育着を持ってき ましょう。

👂 上の5つは全て、「**歯ブラシがとどきにくいところ**」です。  
とどきにくいところにもしっかりと歯ブラシを当てるためには、

- ・鉛筆のように、**歯ブラシを軽く持つ**
- ・力を入れず、**こまかく動かす**
- ・**歯ブラシの、つま先やかかとを使う**
- ・**鏡を見て、1本1本ていねいにみがく**
- ・**歯ブラシの毛先が広がっていたら交換する**

かがみ 鏡を見ながら



いしき 意識してみがこう

👂 この5つがとても大切です。

正しい歯みがきの仕方を身に付けて、**歯の健康を守り**ましょう！😊

## 保護者の方へ

毎日の検温やマスクの着用など、日頃より感染症対策にご理解ご協力をいただきありがとうございます。今年度 ほとんどの健康診断が終了しました。治療を要する児童には、治療勧告書を配付しています。すでに治癒証明も続々とご提出頂いています。まだ受診していない場合は、早めに受診していただくようお願いします。