

ほっとけんこう情報をしっかいつたえます

お知らせ

令和3年2月19日
1年生臨時号
上沖小学校保健室
おうちの人とよみましょう

ほっとけんしつ

はをかんさつしよう！

1年生ごろに生えてくる「だいー大きゅうし」。じつは、すごいところがたくさんあります。まるで、はの王さまです。

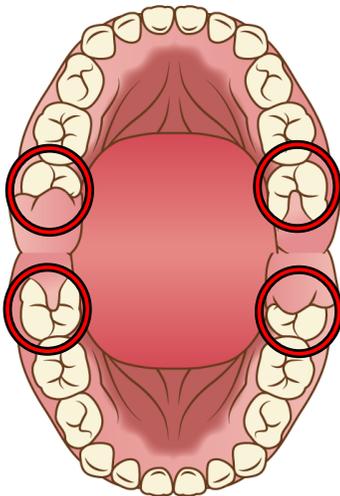
いちばん はじめに
生えてくる大人のは



いちばん 大きい

いちばん カもち

大人のは 生えているかな？ かがみでかくにんしよう！



〇がついているのが
はの王さま(だいー大きゅうし)

生えていた人、大人のはだね おめでとう！
むしばにならないようにしてね。

まだ生えてない人、しんぱいしないでね。
あせらずにまちましょう！

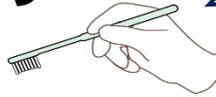
むしばきんは、たべもののかすがあると、はをとかします。子どものはは、しぜんにぬけるけど、大人のはは、なくなったら二どと生えてきません。じぶんのはをまもれるのは、じぶんだけです。つぎは、はみがきについてべんきょうしましょう。

正しいはみがきをしよう！

キーワードは
「か・み・お・き」



くにんしょう えんぴつもち



かるい力でやさしく
みがけます



がくときは 1本ずつ



はとはのあいだ、
すきま、おくばまで、
きれいにみがけます



くばまで わすれず ていねいに



っちり 3ぶん できたかな？

1本につき20かい
ハブラシをうごかしましょう

1しゅうかんチャレンジ! 「かみおき」にきをつけてみがけたら いろをぬろう

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)
						

保護者の方へ

ご家庭での実践をお願いします！

1年生は、初めて永久歯に生え変わる大切な時期です。1年生のうちから正しい歯みがきの習慣をつける必要があります。また、歯みがきは単にむし歯予防ということだけでなく、歯と口の健康から全身の健康を守る行動です。清潔な口の中は感染症予防にもなります。

本校では、1年生を対象に歯科保健指導を行っていますが、今年度は、感染症拡大防止のため、実践は行わずに紙面での学習としました。ぜひ、ご家庭で正しい歯みがきを実践し、家族ぐるみでセルフケアに取り組んでください。