

# ほけんだより 6月

令和4年6月1日  
南流山小学校保健室

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。歯と口の健康は、全身の健康にも

影響するとても大切なことです。「8020（ハチマルニイマル）」80歳になっても20本以上

自分の歯を保つことをめざして、この機会に歯のみがき方や生活習慣を見直して、歯と口の健康につなげましょう。

## 令和4年度の健歯優良児童

6年生

5月に行った歯科検診で健康な歯の児童の中から、1番健康

なかがわ はるまさ  
中川 晴雅さん

は り けんしゅうりょうじどう えら  
な歯をもつ2人が健歯優良児童に選ばれました。おめでと  
うございます！

ふじまる ねね  
藤丸 寧心さん

けんこう は まいにち は  
みなさんも健康な歯をめざして、毎日の歯みがきをしましょ



## 6月の健康診断日程

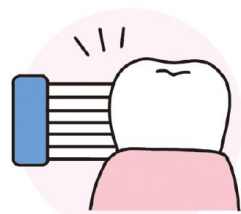
日	曜	検査項目	対象学年
1日	水	耳鼻科検診	2、4年
10日	金	内科運動器検診	つくし・ひだまり、1年、5年、6年女子
16日	木	内科運動器検診	つくし・ひだまり、1年、5年、6年男子
17日	金	心電図検査	1年、2年再検査者
21日	火	内科運動器検診	2年、3年、4年
29日	水	眼科検診	2年、3年、5年

## チェックしよう！ 歯のみがき方

みなさんが毎日がんばっている歯みがき。でも、その「みがき方」はどうでしょう。たとえ食べた後や寝る前にかかさず、ていねいにみがいていても、じゅうぶんではないかも…。あらためて、歯のみがき方をおさらいしましょう。



毛先を歯に  
きちんとあてよう



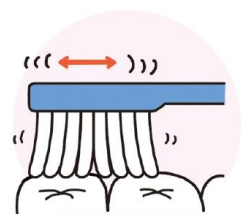
力を入れすぎない  
ようにしよう



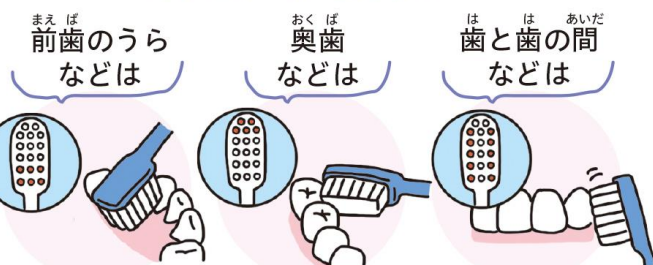
「はかり」で  
確かめてみよう



歯ブラシをこまかく、  
こぎざみに動かそう



みがきにくいところは…



<お願い>・耳鼻科検診の2、3日前には、耳鼻そじをしておいてください。

・耳鼻科検診・眼科検診の当日は、赤白帽子を使用します。必ず持ってきてください。

・心電図検査・内科運動器検診には体操服を持ってきてください。

・気温が上がってきて、鼻血が出てしまう子も多く見受けられます。もしものときのためにも予備のマスクを持ってきてください。

