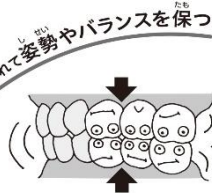
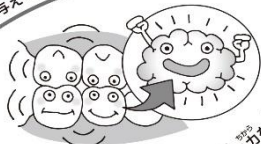




6月4日～10日は歯と口の健康週間です

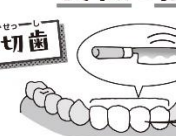


歯の役割はどれ？




なんと……全部！


それぞれの歯にも特徴と役割があります



切歯
食べものをかみ切るの役得意だよ
前のほうにある平べったい形の歯です



犬歯
食べものを切り裂くの役得意だよ
刺さりやすいように先がとがっています



臼歯
食べものをすりつぶすの役得意だよ
奥のほうにある歯で、かみ合う部分が広がっています

ごはんを食べるとき、つい飲み物で流し込んでいませんか？
それぞれの役割を果たせるように使っているか、食事の際に注目してみましょう。

勉強やスポーツにも影響する？

歯がそろっているかどうかで、かむ力の強さが変わります。朝ごはんを食べる時、脳を目覚めさせるときにも、スポーツで踏ん張るときにも、かむ力は大切です。

顔のつくりにも影響する？

左右どちらの歯も使ってよくかむことで顔の筋肉が対称に鍛えられるので、バランスよく表情を形作れるようになります。ごはんを食べるとき、顔がスマホやテレビを向いていると、つい片方ばかりでかんでしまいがちです。

発音にも影響する？

歯が足りないとかからくきも、空気は漏れ、うまく発音できません。話したり歌ったりするのにも、重要な役割を果たしています。

みなさんにとって、歯がとても大切だとわかったのではないのでしょうか。



歯を守るために必要なのは

毎日の歯みがき
セルフケア

定期的な歯医者さんへの受診
プロのケア！

日々の積み重ねで自分だけの大切な歯をずっと守っていきましょう。

歯と口の健康週間作品展について

今年度は、1・4年生は歯に関する標語、2・5年生はポスター作成、3・6年生は、歯に関する作文を作成しました。多くの児童が、作品作成に積極的に取り組んでいました。これからも毎日歯をみがき続けて、むし歯ゼロを目指しましょう！

【歯のポスター(2・5年)】



【標語(1・4年)】

白い歯を
みがく
よばもつと
歯

歯みがきで
白い歯に
つこり笑顔

きれいな歯
みがきは
きもち
いい

はみがきで
じしんと
つよいは
う

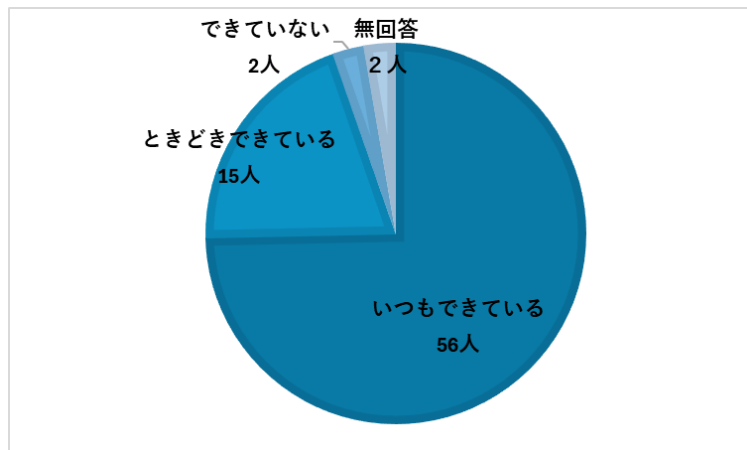
立腰に関するアンケートへのご協力ありがとうございました



5月下旬から6月の1週目の期間で、全児童を対象に立腰に関するアンケートを実施しました。結果は下記のとおりです。

【児童】

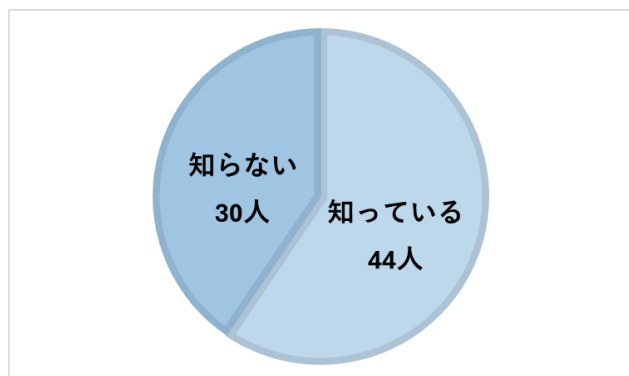
①あなたは、授業のはじめと終わりに、しっかりと立腰ができていますか？



「いつもできている」と答えた人が、ほとんどでした。ときどき授業をのぞいてみると、はじめと終わりはしっかりと立腰できていました。

授業中の姿勢も意識できるといいですね！

②立腰はなぜ大切なのか知っていますか。知っていることを書いてください。



【知っていること】

- 姿勢や猫背の改善… 7人
- 気持ちの切り替え(落ち着く)… 31人
- お腹の調子を整える… 1人
- 字が上手になる… 1人
- その他
→ 静かにする、体を休める、敬意を示す、どん・ぺた・ぴんなど

【保護者の方へ】

保護者の皆様にも立腰に関するアンケートを、一斉メールにて送付させていただきました。お忙しいかとは存じますが、御回答いただけますと幸いです。提出期限は、6月13日までとなっております。よろしくお願いします。



～ハテツ検査がはじまりました～

5月から毎週水曜日に、保健運動委員会の児童がハテツ検査を行っています。ハンカチティッシュを持ってきているか、つめはのびていないかを調べます。1ヶ月間やってみた結果、約60%の児童がすべてできていました。また、1か月間パーフェクトだった児童は 75人中36人でした。全員パーフェクトを目指してがんばりましょう！

