

ほけんだより 6月

令和5年6月14日
開北小学校保健室
No. 5

先週、お口の健康教室と全国小学生歯みがき大会（5年生）を実施しました。お口の健康教室は、石巻市役所健康推進課の歯科衛生士さんを講師にお迎えし、1～4年生・6年生を対象にテーマに沿って実施してもらいました。全国小学生歯みがき大会では動画を視聴し、むし歯や歯肉炎の予防、デンタルフロスの使い方などを学びました。

★お口の健康教室★

テーマ 1年生…はのおうさまをしろう
3年生…じょうぶな歯をつくろう
6年生…お口にいいコト始めよう！

2年生…子どものはとおとなのは
4年生…いい歯で噛みかみ隊

★全国小学生歯みがき大会★

テーマ 5年生…歯とじぶんをみがこう！



大人の歯がむし歯にならないように、抜けないように、毎日の歯みがきを大切にしましょう。4年生までは仕上げみがきをお願いします。

☆☆☆☆☆☆☆☆ 水筒の中身について ☆☆☆☆☆☆☆☆

気温が高い日が増えてきました。熱中症対策として必ず水筒を持たせてください。また、水筒の中身として、経口補水飲料やスポーツドリンクも可能とします。期間は9月末までとします。

ただし、スポーツドリンクは糖分が多く含まれているため、むし歯や肥満の原因になることもありますので、氷を入れたり水で薄めたりしたものを持たせていただいても構いません。よろしくお願いします。