

《家庭数配付》

# ほけんだより



南小 ほけんしつ  
2023・6・6  
おうちの人と一緒に  
よみましょう

急に暑くなったりと思ったら、また寒くなったりと季節の変わり目は気温の変化に体がついていきにくく、体調をくずしやすくなります。天気予報をよく見て、天気に合わせて服を着て、体調をくずさないように工夫しましょうね。

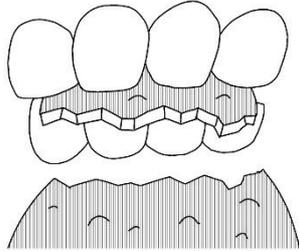
## 歯について知ろう

6月は歯と口の健康週間です。歯について知ろう!という意味があります。みなさんは、歯についてどのくらい知っていますか?



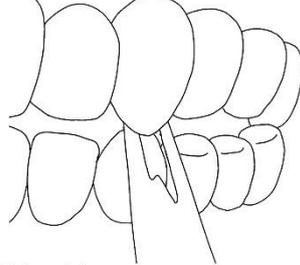
### 前歯・犬歯・おく歯の役割

〈前歯〉



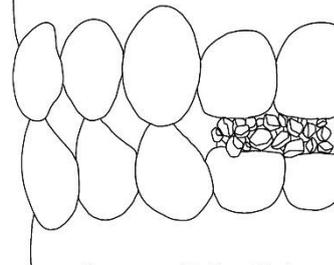
前歯は食べ物をかじりとる役目があります。そのままでは口に入りきらない食べ物をかじって、おく歯でかむ準備をします。

〈犬歯〉



犬歯は先がとがっているため、食べ物を引きちぎったり、かみ切ったりするときに使われます。

〈おく歯〉



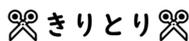
おく歯では、前歯や犬歯で、かじり取ったり、かみ切ったりした食べ物を消化しやすいように、細かくすりつぶします。

### ～歯と口の健康に関する標語を募集します!～

- (例) 手に入れよう 長生きチケット 歯みがきで (2022最優秀賞)  
 まってたよ だいじにするね おとなのは (2022日本学校歯科医学会特別賞)  
 こつこつと 毎日みがく 歯と心 (2022日本学校歯科医学会特別賞)

例を参考に、標語を考えてみてください。標語を考えた人は下の紙に書いて6月20日(火)までに保健室にもってきてください。たくさんの応募お待ちしております😊

楽しみにしています😊



歯と口の標語

ねん 年      くみ 組      なまえ 名前



Blank area for writing the slogan and name.

# 歯について知ろう②

# いくつ正解できるかな？

## もんだい 1

歯は何のためにあるでしょう？

- 1 食べ物をかみくだくため
- 2 発音しやすくするため
- 3 表情を作るため



②

## もんだい 2

次のうち、歯よりもやわらかい物はどれでしょう？

- 1 ダイヤモンド
- 2 鉄
- 3 金



④

## もんだい 3

歯に穴が開いてしまう病気のことを何と言うでしょう？

- 1 親知らず
- 2 むし歯
- 3 口内炎



⑥

## もんだい 4

身近な歯の病気に「歯周病」もあります。歯周病の原因はどれでしょう？

- 1 ミュータンス菌
- 2 歯垢（プラーク）
- 3 歯石



⑧

## もんだい 5

むし歯や歯周病を防ぐためには何をすればいいでしょう？

- 1 歯みがき
- 2 うがい
- 3 お菓子をたくさん食べる



⑩

## もんだい 6

歯みがきはいつすればいいでしょう？

- 1 食事の後
- 2 運動した後
- 3 トイレの後



⑫

## もんだい 7

歯に歯ブラシをあてる時、どれくらいの強さがいいでしょう？

- 1 できるだけ強くあてる
- 2 毛先が広がらない程度にあてる
- 3 毛先がかする程度にあてる

⑭

## もんだい 8

みがき残しやすいところはどこでしょう？

- 1 歯と歯の間
- 2 歯と歯ぐきの間
- 3 奥歯のかみ合わせ



⑯

※答えは保健室前に貼ってあります。ぜひ見に来てくださいね！

6月の予定

- 眼科検診 6月29日(木) 13:30~ 対象:全学年
- 色覚検査 6月中 対象:4年生希望者

休まず来ましょう！