

ほけんだより 6月

阿賀小学校 保健室
令和7年 6月発行

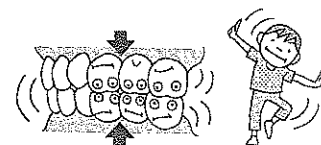
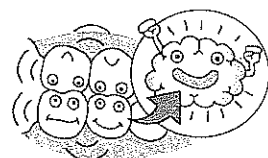
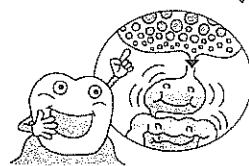
雨の季節が近づき、あじさいが美しく色づきはじまりました。あじさいは育つ場所の土によって色がかわるそうです。酸性の土では青色。中性からアルカリ性だとピンク色に。土から取りこむものによって変化がおこるのである。私たち人間は、色は変わりますが、食べたものでからだがかく作られていくのは同じ。食べものから栄養も取りこむには「食べ方」も大切です。

今月は、そのために欠かせない「歯」のお話です。



歯の役割、こんなにたくさん!!

1. 食べものもこまかくして消化もたすける
2. 味がよくわかるようにする
3. 脳に刺激もあたえて、頭の働きも活発にする
4. 顔の形もとのえる
5. きれいに発音できるようにたすける
6. きれいな表情もつくる
7. からだに力を入れて、しせいやバランスを保つ



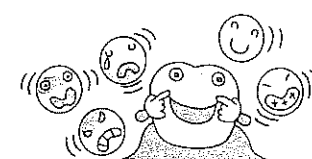
※ 勉強やスポーツにも影響します!

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。朝ごはんを食べて、脳も目覚めさせるときにも、スポーツでがんばるときにも「かむ力」は大切です。



※ 表情や発音にも影響します!!

左右どちらの歯もバランスよく使ってかむことで、顔の筋肉がきたえられ、表情がゆたかになります。



健康な歯でいるために

今月は、歯科健診があります。

6月4日～10日

歯と口の健康週間

歯や歯周病予備軍になっていないか、しっかりと診ていただきましょう!!

★健康診断スケジュール(6月)

* 状況によっては変更あり

月 日	学 年	検査項目	注意事項
6/4(水)	2・3・5年	耳鼻科健診 13:30～	延期していた健診を行います。
6/13(金)	1・4・6年	歯科健診 8:45～	当日の朝、必ず歯みがきをしてくる。 名札をつけてくる。
6/20(金)	2・3・5年		宇根本歯科:小出医師



保護者の方へ ～「健診結果のお知らせ」をもらったら～

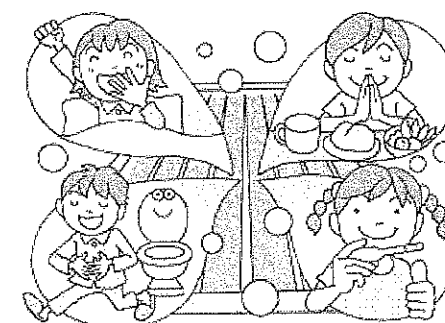
歯科健診では、全員に「お知らせ」をお渡ししています。受診が必要な場合は「受診報告書」の提出をお願いします。定期的に経過中の場合も、その旨、ご記入され提出していただくと助かります。



おぼえておこう プールの約束

楽しいプールの時間で、みんなが約束も守れないと、けがや病気のきけんもあります。ルールを守って、安全に楽しい時間にしましょう。

- ① 早ね・早おき・朝ごはんを食べて体調もとのえよう
- ② うんちの状態もチェックしよう
- ③ 当日の朝、体温測定も忘れずに
- ④ 手足のつめも切っておこう
- ⑤ 眼科や耳鼻科など、治り方が必要な人は必ず受診をせよう



今年もやります! あがっ子生活ウィーク

6月23日(月)～27日(金)の5日間、朝の会で記入しましょう。

早ね早おき、朝ごはん(はなまる朝ごはん)、そして外あそびをがんばろう!

