

ほけんだより 6月

No.4 / R6年 6月10日 志免西 小学校 保健室

実習生 松田 すず音



みなさんは、「8020運動」という言葉をきたことありますか？

「8020運動」は、80歳になっても自分の歯を20本以上保とう！という運動のことです。

大切な歯を失う原因は、むし歯や歯周病です。それらを予防するためには、歯みがきがとても大切です。

歯みがきのコツを知って、歯みがき名人をめざしましょう。

もんだい



「みがき残しが多いところ」はどこでしょう？()に当てはまる言葉は何か？

① 奥歯の ()	② 歯と歯の ()	③ 他の歯より ()ところ	④ 歯と歯ぐきの ()	⑤ 歯ならびが ()して いるところ
--------------	---------------	-------------------	-----------------	---------------------------

こたえは一番下を見てね。



「歯みがきのコツ」を知ろう！

鏡を見ながらみがく 	歯に毛先をあてて、 1本ずつ小さく チョコチョコ動かす 	毛先の細い歯ブラシ フロスも使う 	フッ素入りの歯みがき粉・毛先の開いていない歯ブラシ 	えんぴつの持ち方で 力を入れすぎない
---------------	---------------------------------------	-------------------------	-------------------------------	---------------------------

この3週間、みなさんとたくさんお話したり、勉強したり、

みなさんとたくさん関わることができて、とてもうれしかったです。

志免西小学校で、勉強したことをこれから先、いかしていきたいと思います。

みなさんも、たくさん遊んで、お勉強も頑張ってください！



クイズのこたえ：①みぞ ②あいだ ③ひくい ④さかいめ ⑤でこぼこ