

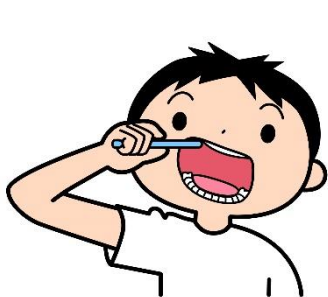
ほけんだより 6月

No. 3



あつひも増え、梅雨の季節がやってきました。この時期は急に暑くなる日があったり、肌寒く感じる日もあったりと体調を崩しがちです。バランスのいい食事や睡眠、運動をして元気に過ごしていきましょう。

ば ふせ せいかつしゅうかん むし歯を防ぐ生活習慣



しょくご ば
食後の歯みがき



あま た
甘いものを食べすぎない



よくかんで食べる



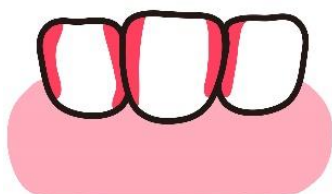
ていきてき ばいしやへ
定期的に歯医者へ

ば ばしよ むし歯になりやすい場所

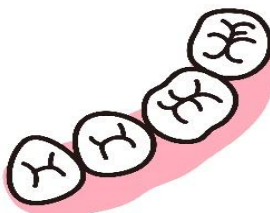
はみがきのときに意識してみよう！



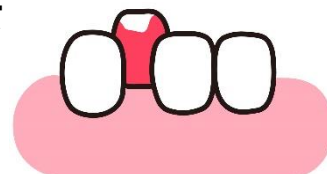
は しにく あいだ
歯と歯肉の間



は は あいだ
歯と歯の間



おくほ あ
奥歯のかみ合わせ



は かさ
歯が重なっているところ

がつ は くち けんこうしゅうかん

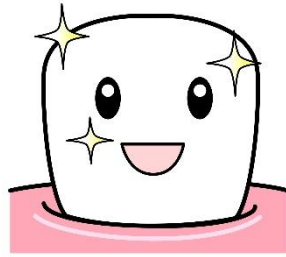
6月は歯と口の健康習慣です

よくかんで食べよう

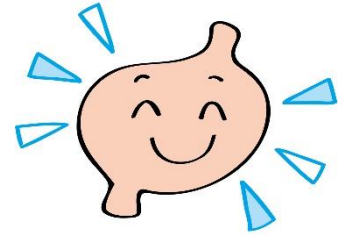
よくかんで食べると体にとっていいことがたくさんあります。



◎あごがきたえられる
⇒歯や歯ぐきがしょうぶ
になります。



◎だ液がたくさん出る
⇒むし歯の予防にもつな
がります。



◎食べ物を消化しやすくなる。
⇒胃や腸のはたらきを
助けます。

定期健康診断について～保護者の方へ～

4月から始まった定期健康診断がそろそろ終わりを迎えます。ご協力いただき、ありがとうございました。

各検査・検診で疾病や異常の疑いがあった場合に、「結果のお知らせ」をお渡ししています。「結果のお知らせ」を受け取りましたら、早めに医療機関の受診をお願いいたします。すでに受診済みのお知らせもとても多く届いています。早期に受診していただき、ありがとうございます。

学校で行う健康診断はスクリーニング（疑わしいものを選び出す）検査ですので、疑いのある場合は全てお知らせしています。受診の結果、「異常なし」と診断されることもありますので、御理解をお願いします。

お子さんの健やかな成長のために病気の早期発見・早期治療が大切です。まだ受診されていない方は、早めにかかりつけの医師にみていただき、必要な検査や治療を受けていただくようお願いします。受診済みのお知らせが届くのを保健室でお待ちしています。

調査票や問診票の記入・提出の
御協力ありがとうございました。

