

ほけんだより



令和 8年 5月 29日
座間市立ひばりが丘小学校
校長 栗林 祥子

6月は、雨の日が多くなる季節ですね。雨の日は外で遊べないため、廊下や教室でつい走ってしまい、お友だちとぶつかったり転んだりしてケガをする人がいます。休み時間は読書や折り紙、絵をかくなど「雨の日だからこそできる静かな遊び」を工夫してみましょう。落ち着いた心で、安全に過ごしましょう！

家庭、学校とで歯と口の健康について考えていきましょう！



ひばりが丘小学校ではこんな取り組みをします！



1. 家庭で「歯みがき調べ」を行います。(5/26配付済)

おうちでできましたか？ いつもの歯みがきの様子はどうだったでしょうか？
しっかり、記入して学校に持ってきてください。(6/3までに)

2. 各クラスで「歯と口の健康について」の学級指導を行います。(6/3~12)

歯みがき調べの結果を活用しながら、学年に合わせ、各クラスで「歯と口の健康について」の学習をします。

3. 「歯みがきカレンダー」を配付します。(6/15)(期間6/16~22)

学習後、歯みがきの習慣化、意識づけのために行います。

23日に学校に持ってきます。

*歯みがきの声かけや、しっかりみがけているか、確認をお願いします。



☆御家庭でも歯の健康について話題にしてみてください☆

ふるい歯ブラシ、
どうしてダメなの？

よごれを落としにくい

毛先が広がり、よごれを落とす力が新品とくらべて約30%もダウン。これではきれいにみがけません。



歯や歯ぐきを傷つける

広がった毛先はみがきにくく、力が入りがち。歯をけずったり、歯ぐきを傷つけて血が出たりします。



ばい菌がたくさんいる

毛の根元にはばい菌がたまりやすく、どんどん増えてしまいます。使い続けると病気の原因にも。



歯ブラシの交換は1カ月が目安。

ただし、その前でも毛先が広がってきたら新しい歯ブラシにかえましょう。



歯科検診があります！



6月11日(木) 1・2・3年 ひばり3・4組

18日(木) 4・5・6年 ひばり1・2組 前回欠席者

午前中に検診があります。