



令和 6年 5月 31日
座間市立ひばりが丘小学校
校長 小宮美紀

日がさすと暑く、半袖やうす着になったり、雨が降ると急に肌寒くなったりと寒暖差があります。

カーディガンなど脱ぎ着のできる上着を用意しておくくと便利です。体調を崩さないよう、上手に衣服の調節をしていきましょう。

6月4日～10日は

歯と口の健康週間



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」をおこないます。(5/27に配付しました。)

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。(6/4～14)

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。6/17(期間 6/18～24) 25日に持ってきます。

学習後、歯みがきの習慣化、意識づけのためにおこないます。

*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。

「みが①ている」から
「みが②ている」へ

ご家庭でも歯の健康について話題にしてみてください。

未来の自分のために「めざせ 8020！」

80さい じぶん は 20ほんいじょう
(80歳になっても自分の歯が20本以上ある)



<むし歯・歯肉炎の予防は・・・>



よくかむ

食後の
歯みがき



歯科検診があります。

6日(木) 2・4・5年・ひばり級

13日(木) 1・3・6年

*朝食後に必ず歯みがきをしてから

検診を受けましょう。

午前中に検診があります。



きゅう あつ ひ からだ な
 ** 急に暑くなる日もあります。体を慣らしておきましょう。 **



あつ そな
 暑さに備えた
 からだ
 体づくりを
 しよう



かる うんどう
 軽い運動をする



ゆふね
 湯船につかる



れいぼう おんど すこ たか
 冷房の温度は少し高め

プールの前の日にチェック

- め みみ はな かん せん しょう
目・耳・鼻に感染症はありませんか？
- たくさん ね
たくさん寝ましたか？
- わす もの
忘れ物はありませんか？
- つめ みじか き
爪は短く切りましたか？



雨の日は注意!

かさ まえ
 傘で前が
 み
 見えにくくなる



じめん
 地面が
 すべ
 滑りやすくなる



くるま うん てん しゅ
 車の運転手から
 み
 見えにくい



あま おと しゅうい おと
 雨音で周囲の音が
 き
 聞こえにくい



りゅう こうつう じ こ おお
 こんな理由で交通事故が多くなると言われています。
 あめ ひ かさ かた ちゅうい まわ み ある
 雨の日は傘のさし方に注意して、周りをよく見て歩きましょう。