

# ほけんだより 11月

令和3年11月号

枚方市立菅原東小学校

ほけんしつ

急に冬がやってきたような寒い日が続いていますね。体調を崩している人も増えてきています。いつもより体調がよくないと思ったら、がまんせずにおうちの人に伝えて身体を休めましょう。10月から歯科検診がはじまっています。みんなの歯の様子はどうでしょうか？毎日の歯みがきもきちんとしていますか？自分の歯のことをもっと知れるといいですね。



## もしも歯がなかつたら？

あーあ、歯みがき面倒だな。歯なんて、なくてもいいんじゃない？

おや？

その君！歯を大切にしていないな！

ズバァン

もしも歯がなかつたら…どんなことになるのか見てみよう

食べ物をかみ砕くことができない

あれもこれも、食べられないよ…

ただ、正しく発音できない

@2#%&\$~

あーあ

ほかにも…

歯元気がないように見えたり

パワーが出なかつたり

だ液をしっかりと出すことができなかったり

こまることがたくさんあるよ

どうだった？ たった1本失うだけでも、かみ砕く力は弱くなってしまうんだよ

大切さがよくわかったよ。きちんと歯みがきをして、歯を守るよ

えんぴつと同じ持ち方で

軽い力で小刻みに動かす

歯みがきのポイントは…

こんな姿勢していませんか？

グングン

ブーブー

だん

正しい姿勢は…

ひじ、ひざ、足の裏を90度につけて

ひじ、ひざ、足の裏を90度につけて

～保護者の方へお知らせ～

10月より延期していた歯科検診を順次再開しています。歯科検診を受けた人全員に結果のお知らせを配布していますので、ご家庭で確認してください。所見がなくても気になる場合は、歯科へ受診してください。何かご不明な点やご相談がある方は、養護教諭までご連絡ください。