

保護者の方といっしょに読みましょう。



令和7年6月2日 葛西小学校 保健室 NO.3

6月の保健目標

は たいせつ 歯を大切にしよう

6月4日～10日は「**歯と口の健康週間**」です。この機会にぜひ自分の歯の健康について考えてみましょう！

できているかな？

正しい歯のみがき方

せっかく毎日歯みがきをしていても正しいみがき方ができていると、みがき残しが多くなって口の中でむし歯菌が増えてしまいます。次の4つを意識してみましょう。



かる ちから
軽い力で
えんぴつ持ち



こきざみに
動かす

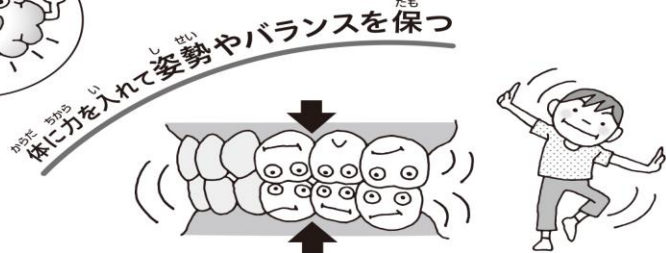


は け せき
歯ブラシの毛先を
歯の面にあてる



かがみ み
鏡を見ながらみがいて、
みがき残しをチェックする

クイズ 歯の役割はどれ？



こたえ なんと…… **全部！**

べん きょう 勉強やスポーツにも えい きょう 影響する？

歯がそろっているかどうかで、かむ力の強さが変わります。朝ごはんを食べて脳を目覚めさせるときにも、スポーツで踏ん張るときにも、かむ力は大切です。

かお 顔のつくりにも えい きょう 影響する？

左右どちらの歯も使ってよくかむことで顔の筋肉を対称に鍛えられるので、バランスよく表情を形作れるようになります。ごはんを食べるとき、顔がスマホやテレビを向いていると、つい片方ばかりでかんでしまいがちです。

はつ おん 発音にも えい きょう 影響する？

歯が足りないとそこから空気が漏れ、うまく発音できません。話したり歌ったりするのにも、重要な役割を果たしています。

けんこうしんだん 健康診断のようす

じびかけんしん 耳鼻科検診



せきちゅうそくわんしょうけんしん 脊柱側弯症検診



がんかけんしん 眼科検診



のこ けんこうしんだん すこ
残りの健康診断もあと少しとなりました。健康診断を通じて、子どもたちが自分の体や健康のことに興味・
かんしん
関心をもってくれるとうれしいです。

健康診断結果のお知らせおよび各検診済報告書の提出のお願い

各健康診断で所見のあった場合は「健康診断結果のお知らせ」、健康診断を受けられなかった場合は「欠席者の検診について」をお配りしています。ご確認ください水泳指導開始 6月17日（火）までに受診をお願いします。

受診されましたら、担任か保健室まで各用紙（報告書）のご提出をお願いいたします。

欠席者検診は基本的に葛西小学校校医の医院にての受診をお願いしていますが、江戸川区の取組として、耳鼻科と歯科に関してはお配りした校医医療機関一覧に記載のある医院でも可となっています。受診の際は念のため保険証と子ども医療証をお持ちください。

【令和7年度 葛西小学校校医】

- ・内科校医：星田小児クリニック 星田 宏 先生 （中葛西 2-3-10 03-3680-2028）
- ・眼科校医：葛西かもめ眼科 吉原 文乃 先生 （中葛西 2-9-10 03-6423-8288）
- ・耳鼻科校医：敷井耳鼻咽喉科 敷井 久純 先生 （南葛西 6-15-14 03-5676-4787）
- ・学校歯科医：甲田歯科医院 甲田 昭彦 先生 （中葛西 2-2-19 03-3680-2019）

6月の予定

- 6月5日（木） 歯科検診（2, 4, 6年生）
- 19日（木） 歯科検診（1, 3, 5年生）
- 27日（金） 日光移動教室前検診（6年生）



覚えておこう！ プールの約束

たの 楽しいプールの時間でも、
やくそく まち 約束を守れないと
びょうき きけん ケガや病気の危険もあります。
まね ルールを守って安全に過ごせる
ちゅうい ように注意しましょう。

じゅんび うんどう
準備運動を
する

プールサイドを
走らない



タオルの
貸し借りをしない

飛び込まない

ふざけない

無理をしない