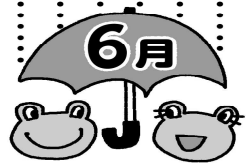


ほけんたより



平成25年 6月 3日 仙台市立中野栄小学校

6月4日から10日までは、「歯と口の衛生週間」です。
 今年の衛生週間のスローガンは「健康は 食から 歯から 元気から」です。
 先週に歯科検診は終わりましたが、みなさんのお口はどうだったでしょうか？

歯科校医の 田村先生 と 岩谷先生 からのメッセージをお伝えします。

乳歯(こどものむし歯)も早めになおしましょう。しっかりかむことができず、あごの成長や歯ならびも悪くなる可能性があります。

むし歯がなくても歯こう(ばい菌のかたまりがついていた)り、歯石がついている人も多かったです。歯科医に相談してください。

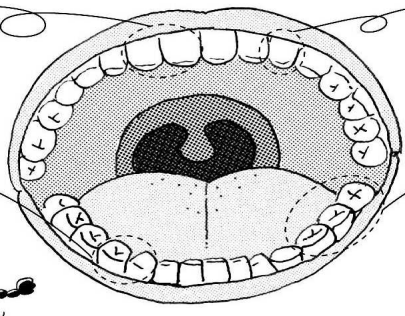
だらだらとおやつを食べ続けたりあまい飲みもの(ジュースなど)をのみ続けると、むし歯になるのでやめましょう。

6月4日~10日は歯の衛生週間です

歯の役めを知ろう！



切歯…いちばん前にあり、食べ物を口の中に運ぶ役めをしています。
 小臼歯…食べ物を噛み砕いたり、すりつぶしたりするときに使います。



犬歯…大きくとがっています。動物では獲物を捕まえるときに使います。
 大臼歯…大きな歯で、食べ物を噛み砕くのに都合がいい歯です。

よくかむと
 こんないいこと！



食べ物をよくかんで食べると、あごの骨や筋肉が発達し、歯並びがきれいになります。歯ぐきもじょうぶになります。
 また、脳の血のめぐりが増え、脳細胞の発達により効果があると考えられています。

6月の保健行事

4日(火) 内科検診 千葉 隆胤先生
2・4・6年わかさ 13:00～

5日(水) 歯科講話 田村 隆先生
1・2・3年 1校時
(歯ブラシ・コップ・手鏡・口ふき用
タオルを持ってきてください。)

6日(木) 歯科講話 岩谷 眞一先生
4・5・6年 1校時

7日(金) 内科検診 千葉 隆胤先生
1・3・5年 13:00～

「カラーテスター」による 歯こうのそめ出しについて

歯科講話の日に『カラーテスター』と
『歯みがきチェックシート』をお渡します。

- ① 食事の後に歯みがきをする。
- ② 「カラーテスター」をかねで、
みがき残しをそめだす。
- ③ そまったところを確かめ、「チ
ェックシート」に赤で色をぬる。
- ④ そまったところに気をつけて歯
をみがく。
- ⑤ 感想を書いて学校にもってくる。

14日(金)までお願いします。

7つのちがいをさがそう！

右と左の絵のちがいをさがそう。答えは保健室前にはっておきます。

