

ほけんだより 6月

令和6年6月4日
城北小学校保健室
No.3

6月の保健目標 **歯を大切にしよう**

歯ブラシを長期間交換しないと...

歯垢の除去率が
下がる



だんだん歯ブラシの
毛先が開いてくるため歯に
しっかり当たらず、歯垢が
取り除きにくくなります。

歯や歯肉を
傷つけやすい



広がった毛先が
歯肉に当たったり、
古い歯ブラシは
弾力性が失われるため
歯や歯肉にダメージを
与えるおそれがあります。

細菌が
繁殖してしまう



歯ブラシは汚れが
残っていたり
乾かさなかったり
すると細菌が繁殖しやすく、
長く使っていると
不衛生になりがちです。



「1か月に1度」を目安に、新しい歯ブラシと交換しよう!
1~2週間くらいで毛先が開いてしまう場合は、
みがく力が強すぎるかもしれないので注意してね!



6月の保健行事

- 5日(水) 歯みがき大会 5年
- 6日(木) 歯科健診 1・3・5年
- 12日(水) 歯科健診 にじいろ・2・4・6年

歯科健診の日は
朝の歯みがきを
忘れずに!



欠席の連絡について

学校を欠席する際の連絡は、「体調不良」とせず、「発熱(体温)・頭痛・腹痛・せき・はなみず・のどの痛み・吐き気・おう吐・下痢・だるい・筋肉痛・関節痛」など、主な症状をお知らせください。

また、登校後に体調不良があった場合は、お迎えをお願いすることがあります。緊急連絡先に変更がありましたら、担任にお知らせください。