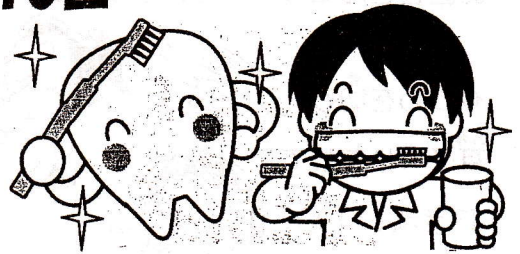


# ほけんだより

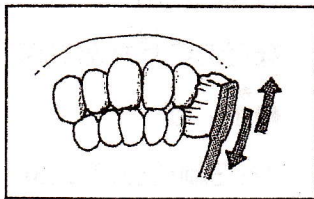
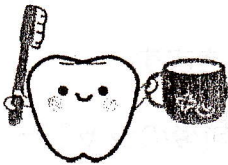
## 6月号

### 歯と口の健康週間 …6月4日～10日…

これで君も **歯みがき名人!** ☆☆☆



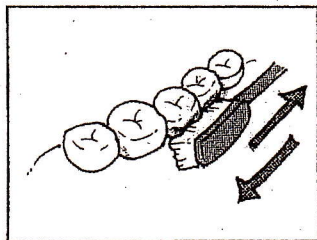
①みがきにくいところこそ、  
しっかりとみがく!



歯と歯のあいだ

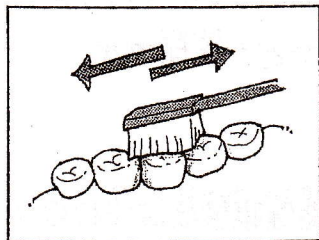
ブラシの横はしなどを **つか**ってみよう。

②軽い力でみがく  
軽い力の方が汚れを  
とりやすいのです。



歯の付け根

毛先の横はしを斜めにあててみよう。思った以上に染みみそがあります。



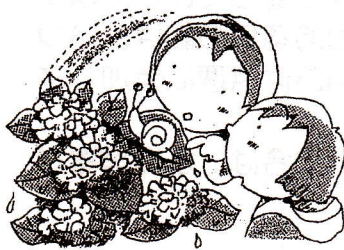
かみ合わせ

③小刻みにみがく  
歯1本分くらいの  
幅で細かく動かします。



## 「よい歯のバッジ」

歯科検診でむし歯がなかった人には『よい歯のバッジ』がもらえます。  
むし歯があった人でも、むし歯を治してくるともらえますから、  
歯医者さんに行って治してもらいましょう。

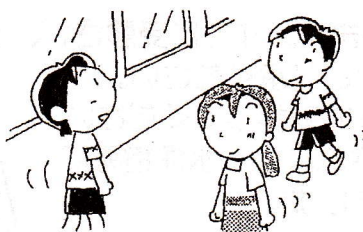


そろそろ梅雨の季節になり、じめじめした暑い日が多くなってきます。

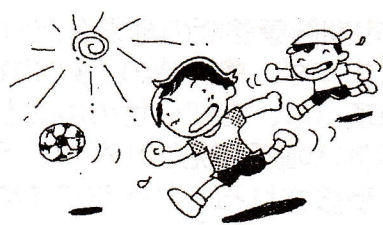
雨の日は室内でゆったり過ごし、晴れの日は外で遊びましょう。

まだ暑さに体が慣れていないので体調をくずさないように気をつけましょう。

### 梅雨の季節、こんなふうに過ごそう!



ろうがはゆっくり歩く



晴れの日はめいっぱい遊ぶ



からだを清潔に保つ