

ほけんだより

NO. 3



令和6年6月4日

練馬区立旭町小学校



1・2ねんせいはおうちのひとと いっしょに よみましょう。

保護者の皆様へ

6月の健康診断予定

18日(火)聴力検査①【1・2年生】

検査当日は、耳が見える髪型にしてください。

19日(水)聴力検査②【3・5年生】

4・6年生の聴力検査はありません。



※ 水泳指導の参加は、内科、耳鼻科、眼科検診を受けてから可となります。まだ検診を受けていないお子様は、校医さんの病院で早めの受診をお願いします。

※ すべての検診結果は、7月中旬にプリントでお知らせします。プリントとあわせて「よい歯バッジ」も配布します。

子どものみなさんへ

6月4日は
おしほよぼう
虫歯予防デー

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。



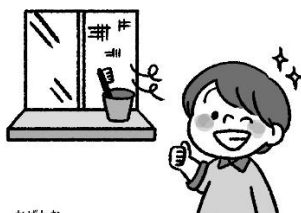
「1か月に1度」を目安に、新しい歯ブラシと交換しよう!
1~2週間くらいで毛先が開いてしまう場合は、みがく力が強すぎるかもしれないので注意してね!



歯をみがいたあと、歯ブラシは...

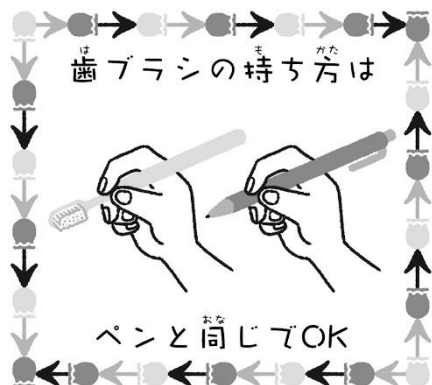


流水でこすり洗いをする



かぜとお風通しのいいところで、ブラシ部分を上にしてかわかす

歯ブラシの持ち方は



ペンと同じでOK