

# ほけんだより 6月

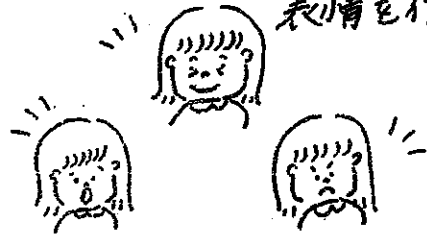
西が岡小学校  
保健室  
2022.6.1

6月は歯と口の健康月間です♡

歯や口の健康は「おいしく食べる」だけでなく「話すこと」  
「より笑顔をかややかせること」、「バランス感覚やレモン発力」等  
にも大きく関わっています。自分の夢や目標をかなえるために  
も歯や口の健康をずっと大切にしてくださいね。

## 歯の役割

- ① かむことで消化を助ける
- ② 歯をかみしめて力を調節する
- ③ 言葉の発音を助ける表情を作る



やっつけてね!

## 歯のクイズ

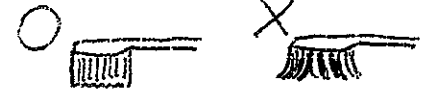
体の中で一番菌がいるのはおりのあなよりも口の中、本当?

実は... 本当。口の中には300~700種類の菌がいます。(体を守ってくれる良い菌も中にはいるよ。)はみがきか上手な人は約500個、あまり磨けていない人は200000000~1,000,000,000,000個の菌が口の中にいると言われてるよ。むし歯の原因になる菌を少しでも減らせるようにはみがきをしっかりとしましょう。



## はみがきのコツを知らう!

- ① 鏡を見ながら磨く
- ② 歯に毛先をあて、一本ずつ小さく動かす
- ③ 毛先が開いていない歯ブラシを使う



## 保護者の方へ

### 色覚異常の検査希望について

<先天色覚異常とは>赤・緑・青錐体のどれかの感度が生まれつき低く正常とされる他の大勢の人とは色の感じ方が異なること。

男性... 20人に1人 女性... 500人に1人 といわれています

- ・ UNOの色の判別がつきにくい
- ・ 焼き肉の火の通り具合が分からない場合があります

★保健室で簡易的な検査ができます。

希望される方は養護教諭までお知らせ下さい。



色覚異常の結果については希望された方全員にプライバシーに配慮し、お伝えします。

## 毎朝の健康チェックについて

引き続き毎朝の検温と風邪症状がないか等の健康チェックをロイドロイドでお願います。発熱等の症状があり、抗原検査やPCR検査を受けた際は学校にもご連絡ください。