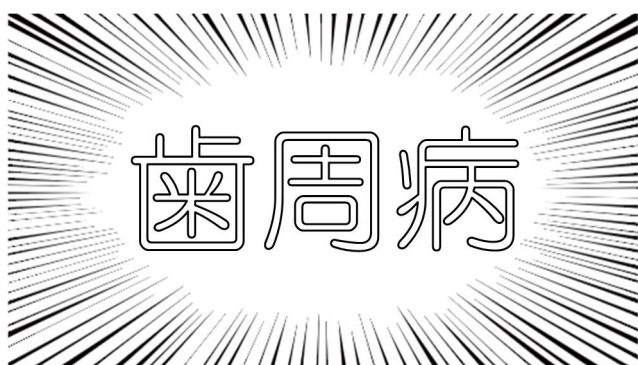




令和5年6月
上河内中学校

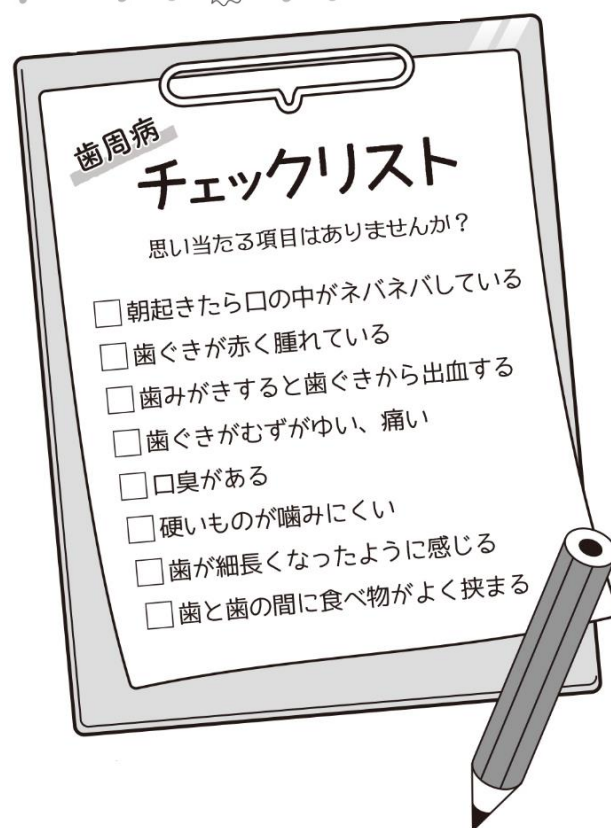


雨上がりに空を見上げた時、美しい虹がかかっていると晴れやかな気持ちになりますね。日本では虹は7色といわれますが、海外では4色や6色と様々です。同じものを見ても、国や文化、人によって見え方が違うのです。あなただけの「虹の色」を見つけてみると楽しいかもしれませんね。



歯周病は、歯ぐきが腫れたり、歯を支える骨が溶けて、歯が抜けたりする病気です。歯みがきが不十分で、歯と歯ぐきの境目に歯垢（歯周病を含む最近のかたまり）がたまるのが原因です。

30歳以上の約80%が歯周病にかかっているといわれ、10代にも見られます。



歯周病は
“日本人が歯をなくす原因”

第1位



健康を支える歯みがきは
しっかりと

**さらに、歯周病は全身に
影響を及ぼします！**

歯周病は口の中だけの病気ではありません。
歯周病は全身の病気と深い関わりがあります。

- ・ 心臓病・脳卒中の危険が高まる。
- ・ 糖尿病が悪化する。
- ・ 早産・低体重児出産のリスクが高まる。
- ・ 気管支炎・肺炎の原因になる。

歯科検診の結果をお渡ししました。歯垢がついている人が多かったです。毎日の歯みがきを頑張りましょう。また、むし歯のある人は早めに治療しましょう。

★★★歯と口の健康週間作品コンクール★★★

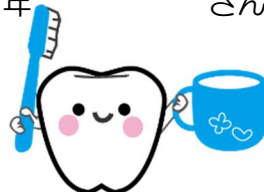
★入賞おめでとうございます★

標語の部

佳作 3年 さん
歯をみがく シンプルだけど 超大事
 佳作 3年 さん
歯みがきの 意識を変えて 健康への第一歩
 佳作 1年 さん
よくかむと 美味しさ二倍 むし歯なし

ポスターの部

三席 3年 さん
 佳作 3年 さん
 佳作 3年 さん



⚡⚡⚡⚡ 雷から身を守るために ⚡⚡⚡⚡

雷が接近している
サインに気づいたら…

- 黒い雲が近づいて暗くなる
- ピカッと光ったりゴロゴロという音が聞こえる
- 急に冷たい風が吹いてくる



建物の中に避難しましょう！

×
木の近く



×
軒下

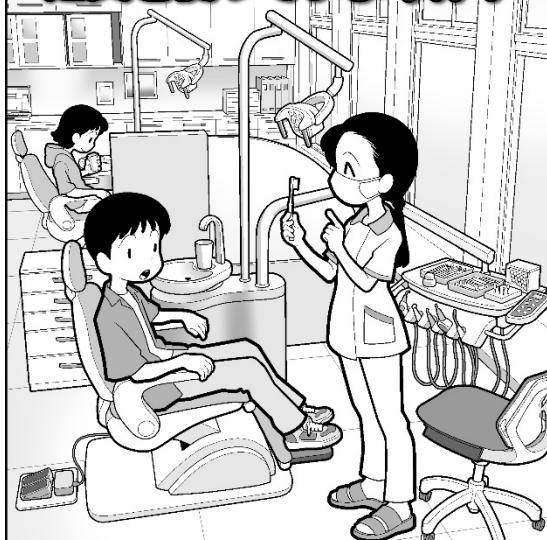


※近くに逃げ込む建物がないときは
なるべく頭を低くして、しゃがみます。
両足を閉じて
つま先立ちになり、
耳もふさぎましょう。

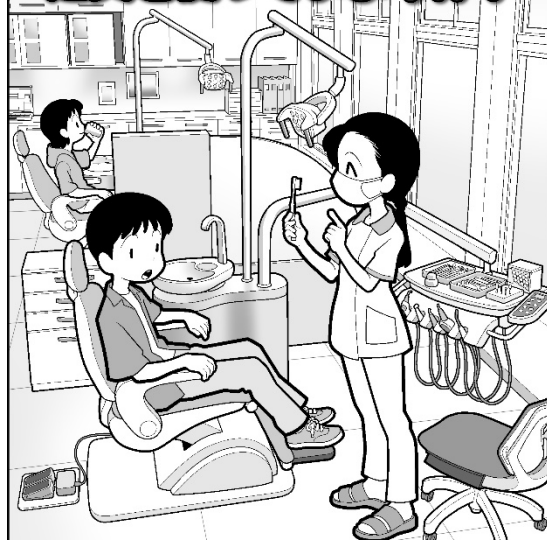


レッツ・チャレンジ！
7つのまちがいさがし

自分にあった歯みがき
道具を使っていますか？



自分にあった歯みがき
道具を使っていますか？



↑↑↑ 答えは上河内中学校全校クラスルームか HP の「R5 保健だより6月」を見てください！

まちがいさがし答え

