



6月のほけんだより

あじさいの英語名は「ハイドランジア」、水の器という意味です。たっぷりの水を蓄えていることが由来だそうです。でも大きな葉っぱがたくさんあるので、乾いてしまうと元気がなくなります。だから雨の時期にうれしそうに咲くのですね。

雨が続くと気持ちが下を向いてしまいがちですが、植物にとっては大切な雨。雨の日の楽しみを見つけて、梅雨を乗り切りましょう。



歯と口の健康週間

6月4日～10日

歯周病やむし歯を予防するためには、原因となる歯垢を歯みがきで取り除き、「歯を守る習慣」をつくるのが大切です。また、むし歯がある人は早めに治療しましょう。

知っておこう

歯の構造

象牙質
歯を形づくる組織

エナメル質
体の中で一番硬い組織

歯髄

セメント質
歯と骨を結びつけている

歯肉

歯槽骨
歯を支える骨

歯根膜

むし歯をほうっておくと...
エナメル質、象牙質が順に溶かされ、穴があいてしまいます。

歯みがきで歯を守ろう!

直角に当てる

1~2本ずつ

毛先が広がる

150~200g

毛先がフィット

歯垢・歯石

歯石は自力では取れません。歯科を受診しましょう。

45°



後日、歯科検診の結果をお渡しします。歯垢がついている人がとても多かったです。毎日の歯みがきを頑張りましょう。

★★★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 望月 美緒 さん
むし歯菌 今日も活発 歯磨きだ

佳作 3年 高須 栞 さん
むし歯ゼロ 歯を磨こうよ きれいにね

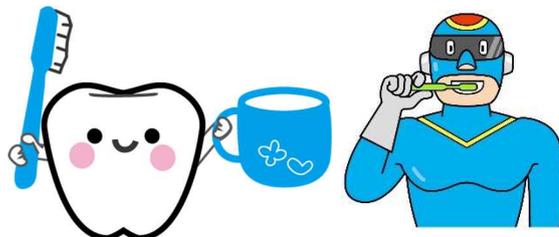
佳作 3年 太幡 ていな さん
マスクでも 清潔な歯と口 大切に

ポスターの部

佳作 3年 古沢 文 さん

佳作 3年 小嶋 櫻子 さん

佳作 2年 馬籠 奏羽 さん



学校生活におけるマスクの着用について

マスクの着用が必要でない場面

- ★ 屋外 ○ 人との距離が確保できる場合
 - 人との距離が確保できないが、会話がほとんどない場合
(例) 登下校・密にならない外遊び・会話をしない教育活動(自然観察等)
- ★ 屋内 ○ 人との距離が確保でき、会話がほとんどない場合
(例) 個人で行う読書など
- ★ 体育の授業や運動部活動
 - ※ 運動部活動については、各競技団体のガイドライン等も確認
 - ※ 運動活動中以外の更衣室や洗面所の利用の際などは、マスクの着用が推奨されます。

熱中症リスクが高い日は、熱中症対策を優先し、マスクを外しましょう！

これまで通り基本的な感染症対策を徹底することが大切です！

密回避，換気しっかり，こまめに手洗い！



レッツ・チャレンジ！
7つのまちがいさがし



↑↑↑ 答えは上河内中のHP「R4 保健だより6月」を見てください！

まちがいさがし 答え

