

ほけんだより

平成 29 年 5 月 8 日 No.4
舞鶴市立吉原小学校保健室
おうちの方と一緒に読みましょう

5月のほけん目標

生活のリズムを整えよう

尿検査(おしっこの検査)があります！

提出は 5月9日(火) です。

おしっこにまじっていないか調べます



腎臓の病気はないか調べます

糖尿病でないか調べます

ねる前におしっこをする



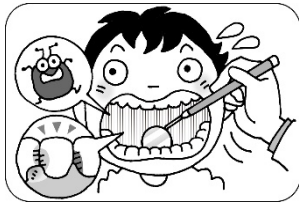
起きてすぐのおしっこをとる



最初のおしっこを少しだしてから、容器にとる



歯科検診があります！



検診は 5月26日(木) です。

歯医者はこんなことを見ている

 GO むし歯になりそうな歯 C むし歯	 GO むし歯の軽いはれや出血 G 歯肉炎・歯周炎
 あご、かみ合わせ、 歯並びの異常	 歯垢が残っている 歯石が沈着している

は
歯みがきをしよう

みなさんは、食事のあとに、きちんと歯をみがいていますか。

時間がないからといって磨かないでいると、口腔内の病気(う歯、歯周病など)にかかります。

「手洗い・うがい→食事→歯みがき」を習慣にしましょう！