

# ほけんだより

平成 30 年 6 月 11 日 No.6  
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

6月のほけん目標  
歯を大切にしよう

## 6月は歯と口の健康月間です！



5月25日(金)の歯科検診では、歯みがきをもう少しがんばろうと言われた児童も多くいました。結果のお知らせをみなさんに出したので、むし歯があった人や、受診をすすめられた人は早めに歯科医院に行き、治してもらいましょう。

受診した後の受診報告書は必ず、学校にご提出をよろしく願いいたします。

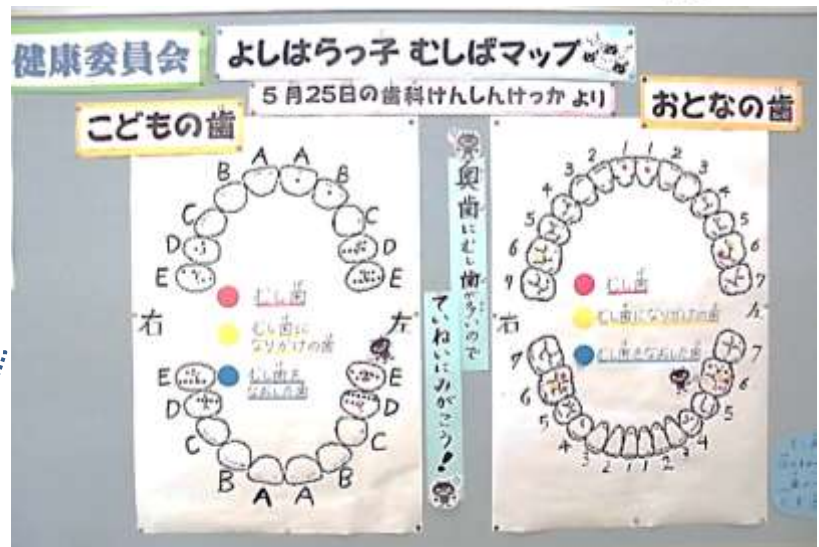


### 健康委員会でむし歯マップを作りました！



健康委員会で、歯科検診の結果をもとに「よしはらっ子むし歯マップ」を作りました。むし歯、むし歯になりかけの歯、むし歯を治した歯を色の違うシールではっていききました。

むし歯が得意やすいのは奥歯で、みがけているつもりでもみがけていないということがわかりました。



## リズムある生活の取り組み



5月22日(火)から5月28日(月)の7日間リズムある生活(生活調べ)を行いました。

規則正しい生活を送ることができましたか？7日間、全校のみんなの前日の夜寝た時間を

集計して掲示をしました。やはり金曜日と土曜日の夜は寝る時刻も遅くなりがちです。また、

高学年になるにつれて寝る時刻が遅くなってきています。しっかり睡眠をとって元気に

過ごしましょう！裏面にリズムある生活の結果をのせています！