

おうちのひとと いっしょによみましょう。

ほけんだより

常金丸小学校
ほけんしつ
2023年(令和5年)
2月 7日
NO. 12

1月 身長・体重測定の後、

「ミニほけん」で健康に関することを学びました。

今回は、「歯と口の健康」をテーマにしました。

「ミニ保健」の感想です。ご家庭で話題にしてください。

4、5年生は、歯と食べ物の勉強をしました。「食育だより」で紹介します。

1年生 「ねるまえのはみがき」

感想：これからは、ねるまえにはもっとよくみがきたいです。
つばがよごれをとってくれることをしました。よるは、
つばがあまりでないこともはじめてしました。



2年生 「はのおうじさま:6才きゅうし」

感想：「6さいきゅうし」という1ばんおくのはがある。「6
さいきゅうし」は、むしばになりやすいから、ていね
いにみがきます。



3年生 「つぎつぎ生える『おとなの歯』」

感想：えいきゅう歯は、1度ぬけるともう生えてこ
ないので、死ぬまで使うから、大事にして使
おうと思いました。



6年生 「歯ぐきの病気」

感想：6年生(小学生)でも歯周病に気をつけないといけな
いことがわかりました。だから、今までよりもっと意
識しようと思いました。



歯の〇×クイズ

- Q1. むし歯の**ば**のできやすい時間帯は、夜ねている**よる**の間である。〇か×か。
Q2. 人間の**にんげん**のからだで一番かたいのは、**いちばん**歯**は**である。〇か×か。
Q3. おとなの**は**歯の**えいきゅうし**のことを「永久歯」という。〇か×か。

<保護者の方へ>

〇もうすぐ、「メディアコントロール旬間」です。

ここでいう「メディア」とはテレビ・ゲーム・スマート
フォンなど画面のあるもののことを指します。



期間:2月15日(水)~2月24日(金)の10日間、
目標:食事のときと、ねる前1時間はメディアを使わない。
(ただし、ニュースや天気予報などは除きます。)

前日、チャレンジカードを持ち帰らせます。

カードは家庭で保管し、家族ぐるみで取組んでくださるとありが
たいです。取組後は、おうちの方から、コメントをお願いします。

〇インフルエンザにも注意!

福山市内でインフルエンザの流行が始まりました。

今後、流行の拡大が予想されますので、気をつけていき
ましょう。



流水と石けんで手洗いや、人ごみに出るときはマスク
が有効です。睡眠をしっかりととり、バランスのとれた
食事をして体力をつけましょう。

※インフルエンザの診断を受けたときは、「出席停止」の措置をとります。
速やかに学校へ連絡してください。

クイズのこたえ: Q1. 〇 つばには**こうきんさよう**た**あら**な**が**く**こうか**があります。ねているときはつばの**りょう**すく**く**量が少なく、むし歯**は**になりやすいです。 Q2. 〇 Q3. 〇 こどもの歯は「**にゅうし**乳歯」とよびます。