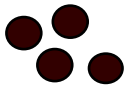
令和５年１１月１日
向洋小学校　保健室
No.14
長子配付

～うんちは体からのお便りです～

今日のうんちはどんなうんちでしたか？バナナうんち？ころころうんち？びちゃびちゃうんち？ 体調によって、形や色、においが変わります。**流す前に、自分でチェックしてみましょう！**

あなたのうんちはいいうんち？



ころころうんち

べんぴ気味みたい…。
水分や食物せんいが足りていない！

水分をこまめにとって、バランスよく食べよう！

バナナうんち

いい健康状態！
するんと出てきて、においも少ないよ。

びちゃびちゃうんち

冷え、食べ過ぎ、悪いものを食べたときに出るよ。
ストレスも原因のひとつ。

油っこいものはひかえて、おなかを休ませよう！

むし歯の治療は終わりましたか？

５月の歯科健診で「むし歯あり」と言われた人は、もう病院へ行きましたか？

むし歯は、どれだけ歯みがきをがんばっても治りません。そのままにしておくと、むし歯きんがどんどん歯をとかしてしまいます。すぐに病院で治療してもらいましょう。病院に行ったらピンクの紙を学校に提出してください。

むし歯あり	16人
治療済み	11人
治療率	69%