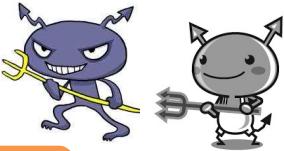




ほけんだより

学校保健委員会 臨時号

令和3年12月13日
押水第一小学校
保健室 山崎千尋
NO.10.



12月9日(木)5限目に、学校保健委員会がありました。

兄弟でお菓子を食べながらゲームをしています。(けいとさん・じゅんさん)



「早く寝たわね。」と安心する母(みずきさん)



そこへ、むしば菌たちがきて、むし歯を作り始めます。



学校保健委員会は、年に1度、学校・保護者・学校医等が一緒になり、健康について考え・学ぶ場として開催しています。今回の劇やクイズをきっかけにご家庭でも話題になれば幸いです。

しかし、お兄ちゃんは歯みがきをしていません。



歯っぴーマン(たくみさん)登場!



「さあ、歯っぴークイズ大会をしよう」



さいごに「あいうべ体操」をしてしめくくりました。



あいうべ体操とは、口の周りの筋肉を大きく動かすことで唾液をたくさん出し、むし歯や歯周病になりにくくする体操です。また、鼻呼吸をうながし、口と鼻が潤うことで免疫力もアップします。



炭酸ジュース・お酒がむし歯の原因だと改めて分かりました。全員が歯っぴーマンになります!(北本会長)



口が健康でなければ食べることができなくなります。口の病気は体の病気にもつながります。家でも実践してくださいね。(中村医師)



むし歯のある人は即行直しに行って、80歳でも32本めざしましょう!(佐藤薬剤師)

ひっかけ問題ひっかかりました。歯と歯の間は糸ようじを使うといいですよ。(松本校長)



かずとさん・はるさん司会進行がんばりました。

お忙しい中、学校医の中村先生・学校薬剤師の佐藤先生・PTA会長北本さんがご来校してくださいました。