

すこやか



6月4日は

むし歯予防デー！！

口の中の様子はどうか？むし歯になったり、歯周病になったりしていませんか？歯科健診で治療指示をもらった人は、早めに治療をしましょう。

しっかり噛むと、たくさんいいことがあるよ！！

たえき
唾液(つば)
がたくさんでて
しょうか
消化をたす
ける。

たもの
食べ物をしっかり
あじ
味わえる

ひまん
肥満の
よぼう
予防になる

むしほの
予防になる



あごが
しっかり
はつたつ
発達する。

しょくじ とき のもの なが こ
食事の時には飲み物で流し込まない
ようにし、噛んで飲み込む習慣をつけ
ましょう。

保健室からのおねがい



『あっ！急に生理になってしまった！！』ということ、ありますよね？
そのような時に困らないように、ショーツや、生理用品の予備をかばん
や教室のロッカーなどに入れて置くと、急な時に困らなくて済みます。
保健室にも貸し出し用の物はありますが、ご家庭でも準備してお子様に
持たせていただきますようお願いいたします。