

# 11月 ほけんだより

平成30年11月5日

大阪市立南小学校

ほけんしつ

がつ ようか は ひ  
11月8日は「いい歯」の日

ていねいなほみがきが  
は  
よい歯をつくれます！

## よくかむとイイコトがいっぱいだよ！

①だえきがたくさんでる

↓  
消化がよくなる



②あごの筋肉が発達する

↓  
発音がきれいに  
なる



③味がよくわかる

↓  
味覚が  
発達する



④血液が脳にたくさん送られる

↓  
記おく力が  
よくなる



たくさんのお友だちが  
むし歯をなおしました！



むしばをなおし  
ていない人(ひと)

42にん



「鼻呼吸」をめざして  
あいいうべ たいそう！

鼻こきゅう ゼツタイ作戦

あ おおきく ひらいて  
い よこに おおきく  
う くちを すぼめて  
べ ペロを つきだす



くしゃみやせきを  
手で押さえない子！

おかげで他の子のところまで  
飛んでいけるんだ～

手を洗わない子！

家に帰ったときや、  
ごはんの前には洗わない子が  
特にスキ！

窓を閉め切った  
部屋にいる子！

外に追い出されず、一緒に  
いられてしあわせだな～

夜ふかしをする子！

寝不足の子はめんえき力がない  
から、すぐに友だちになれるよ



病気になる(ウイルスくんに嫌われる)ためには、どうすればいいかわかったかな？