

ほけんだより11月

2021年11月1日 大阪市立弘済小学校 ほけんしつ

はくちけんこうきょうしつ 歯と口の健康教室

は くわ せんせい
歯について詳しい先生が、
みんなのために来きてくれます。
は かた ば
そして、歯みがきのやり方や、むし歯を
よぼうするためにどうしたらしいのかを
おし 教おぼえてくれます。

歯科検診の結果をみながら、
じぶんがどの歯を注意してみがく必要か
あるのか考へてみましょう。

かぶせんこう フッ化物洗口ってなに？？

かふつせんこう
フッ化物洗口とは、
ようえき えきたい つか ひょうかん
フッ化ナトリウム溶液という液体を使って、30秒間
「ぶくぶくうがい」をすることです。
これにより、歯を強くしたり、むし歯が治るのを助けたり、むし歯菌を増やさないようにする効果があります。
うがいをしたあとは、30分くらい、食べ物を食べたり飲み物を飲んだりできません。

※洋なし味ですが、飲み物ではありません。
の飲まないようにしてください。

- もちもの

 - ・タオル
 - ・えんぴつ (黒・赤)
け
 - ・消しゴム



せんげつ きゅう さむ ふくそう たいおんちょうせい
先月から急に寒くなりましたね。服装での体温調整もしっかりしていきましょう。

ねんせい しゅうがくりょこう つか さま あたら はっけん なかも ささ すがた
6年生は修学旅行、お疲れ様でした。たくさんの新しい発見と、仲間と支えあっている姿

をみせてくれましたね。今までより学級での仲が深まったと思います。きちんとあいさ

つをしたり、誰かに感謝したり、お互いを思いやることが増えたように感じています。みな

さんのが成長している姿が見られてうれしいです。この調子で、卒業まで支えあって、

がっこせいかつ たの せいかた み ちょうし そつきょう ささ
学校生活を楽しんでいきましょう。

さて、今月9日は、歯科衛生士さんが来校されてみなさんに歯についてのお話をしてくれます。5・6年生のみなさんには、2時間目に、歯についての授業をしてくれます。
1～4年生のみなさんには、3時間目に歯みがきの方法を教えてくれます。
また、全員にフッ化物洗口をしてくれます！
先月の歯科検診の結果を頭に入れながら、歯磨きについて勉強してむし歯ゼロを目指しましょう！！

