



令和7年(2025年)6月 大阪市立 福小学校

がつ ほけんもくひょう は たいせつ
6月の保健目標:歯を大切にしよう。



がつ けんこうしんだんよてい
6月の健康診断予定

〇6月10日(全学年) 耳鼻科検診

※予備日6月13日

〇6月12日(対象者のみ) 心臓検診二次

たいしょうしゃ ごぜんちゅう で き じ ましょうがっこう い
対象者は午前中に出来島小学校へ行きます。

し か けんしん
歯科検診がおわりました



せんじつ し か けんしん おこな
先日、歯科検診が行われました。

ふくしょうがっこう むしば ひと
福小学校では「虫歯」といわれた人は30人いました。

むしば
3人に1人は、虫歯があるということです。

し むしば ひと
お知らせに「虫歯がある」とかかれていた人は、

なつやす りよう はや は いしゃ じゅしん
夏休みなどを利用して早めに歯医者を受診しましょう。

プー ル が
始まります

6月23日 フール集会

6月25日 フール開き

いよいよ皆さんが楽しみにしているプールが始まります。

プールが始まるまでに...

〇目・耳・鼻の状態を良くしておきましょう。

〇爪を短く切りましょう。

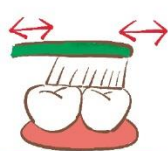
プールの日の前日は早く寝て十分な睡眠をとり、朝ごはんは必ず食べて、体調を整えておきましょう。少しでも体調に問題がある場合は、無理をしないことが大切です。

できているかな? 正しい歯のみがき方

せっかく毎日歯みがきをしていても正しいみがき方ができていないと、みがき残しが多くなって口の中でむし歯菌が増えてしまいます。次の4つを意識してみましょう。



軽いかで
えんぴつ持ち



こきざみに
動かす



歯ブラシの毛先を
歯の面にあてる



鏡を見ながらみがいて、
みがき残しをチェックする

は はなし はん
歯は、お話をするときも、おいしいご飯を食べるときも、

わら よろこ しゅんかん たいせつ
笑うときも、喜ぶときも、どんな瞬間も大切です。

むしば あっか よるねむ いた ちりよう なが
虫歯が悪化すれば夜眠れないほど痛くなり、治療も長く

かかります。普段から歯磨きをしたり、甘いお菓子は

じかん き むしば つよ は そだ
時間を決めたりして、虫歯にならない強い歯を育てましょう。

