



だんだんとむし暑い季節になってきました。体が暑さになれていないときや、湿度が高いときに熱中症になりやすいです。水と  
うを忘れずに。こまめに水分をとるようにしましょう。

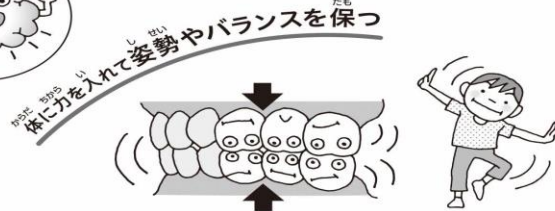
令和7年6月  
大阪市立豊里南小学校





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」

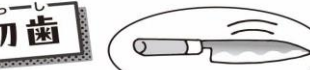
クイズ 歯の役割はどれ？



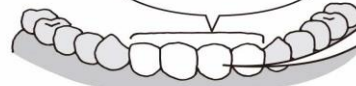
こたえ なんと……全部！

それぞれの歯にも特徴と役割があります

切歯



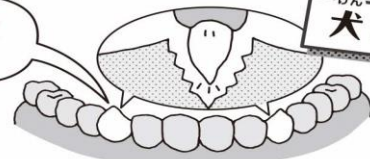
食べものをかみ切るのが得意だよ



前のほうにある平べったい形の歯です

食べものを切り裂くのが得意だよ

刺さりやすいように先がとがっています



犬歯

臼歯



食べものをすりつぶすのが得意だよ

奥のほうにある歯で、かみ合う部分が広がっています

ごはんを食べるとき、つい飲み物で流し込んでいませんか？  
それぞれの役割を果たせるように使っているか、食事の際に注目してみましょう。

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菌が増えてしまいます。次の4つを意識してみましょう。



かる ちから  
軽い力で  
えんぴつ持ち



こきざみに  
動かす



は け さき  
歯ブラシの毛先を  
歯の面にあてる



かがみ  
鏡を見ながらみがいて、  
みがき残しをチェックする

覚えておこう！  
プールの約束

楽しいプールの時間でも、約束を守れないとケガや病気の危険もあります。ルールを守って安全に過ごせるように注意しましょう。

準備運動をする

プールサイドを走らない



タオルの貸し借りをしない

飛び込まない

ふざけない

無理をしない