



かつごうしょうがくぶ ほけんだより6月号小学部

令和6年6月12日
赤城特別支援学校保健室

6月は梅雨の時期です。梅雨の時期は、雨の日が多く、ジメジメしてお空と同じように、気持ちもどんよりしそうですね。うまく気分てんかんして、毎日元気にすごしましょう。



今月は歯科検診があります。歯の染め出しもおこないます。そこで歯みがきで、みがき残しやすい部分をのせましたので、検診後、自分の歯のみがき残しはどうかを見くらべてみましょう。そしてその部分に注意して、毎日歯みがきしましょう。

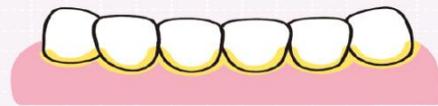
おぼえよう!

歯の **みがき残しやすい** ところ

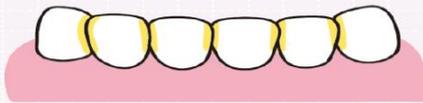
奥歯のみぞ (まん中のへこみ)



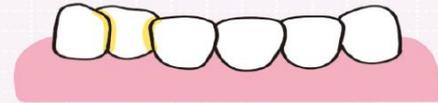
歯と歯肉 (歯ぐき) のさかいめ



歯と歯の間



歯ならびがデコボコなところ



どれも「歯ブラシの毛先が届きにくいところ」なので、食べもののカスや歯こう（むし歯菌のかたまり）が残しやすいのです。歯みがきをするときは、これらの場所をとくに注意して、時間をかけていねいにみがくようにしてくださいね。



つゆ
梅雨は

しよくちゅうどく ちゅうい 食中毒に注意!!

食中毒は、原因になる菌を「つけない」「ふやさない」「やっつける」の3つが大切です。なかでも、予防の第一歩としてしっかりやってほしいのが、「つけない」です。『手を洗う・食材を洗う・器具や食器を洗う』などです。とくに手洗いは、食中毒予防だけでなく感染症の予防のためにも、みなさんが自分でできる一番いい方法です。

