

保健便り NO.24

平成30年11月8日

平戸市立山田小学校
文責 眞辺 成子

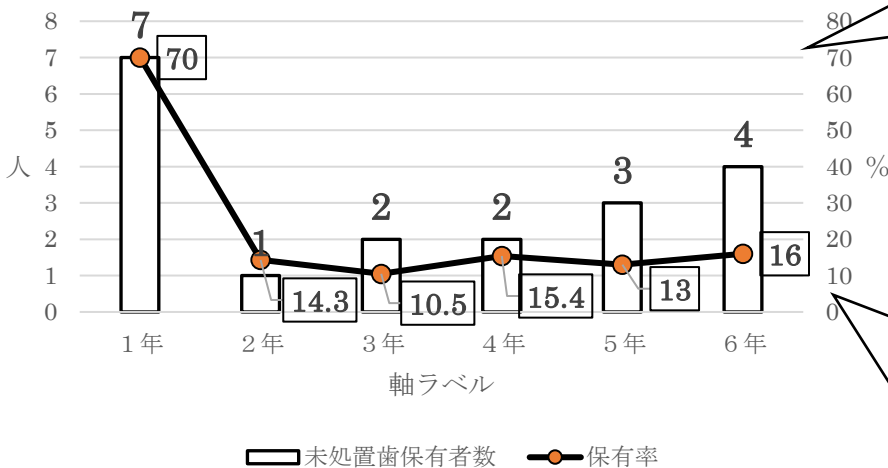
あした やましょう
明日は山小フェスタとファミリーフィットがあります。

きょう はや ね げんき まん じゅうでん
今日は早めに寝て、元気を満タンに充電しましょう。

11月8日はいい歯の日です



べつみしょちしほゆうしゃすう ほゆうりつ クラス別未処置歯保有者数と保有率



ねんせい みしょちし
1年生が未処置歯をもっている人が多いですね。

た もの た
食べ物をおいしく食べる。発音をよくする。顔の形を整える等、歯には大切な役割があります。
みしょちし ひと はや
未処置歯がある人は、早めに専門医を受診してください。

- くち なか けんこう
口の中が健康かどうかは、ふだんのお手入れ次第です。むし歯や歯ぐきの病気は、毎日のていねいな歯磨きで予防できますよ。
- 食べ物のカスや汚れが残っていませんか？
 - 歯と歯ぐきの間に白っぽいもの（歯垢）が付いていませんか？
 - 歯と歯の間の歯ぐきが丸くなっていませんか？
 - 歯ぐきに、赤くはれているところはありませんか？



あした すいとう たいいくかん つか
明日のファミリーフィットでは、水筒、体育館シューズ、フェイスタオル（ゲームで使うかもしれません）が必要です。忘れないようにしてくださいね。