

ほけんだより

令和3年6月4日（金）
春日井市立出川小学校
保健室

6月にはいり、梅雨の季節がやってきました。

梅雨の季節は、温度も湿度も高くなり、天気も変わりやすいので体調をくず

さないよう生活習慣を整えましょう！

6月4日は**むし歯**予防デーです！！

みなさん、ごはんを食べるときは、よくかんで食べていますか？

よくかんで食べることで、体にとっていいことがたくさんあります。

★だ液がたくさんで出る

→むし歯を予防できる



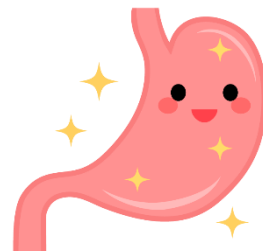
★あごが強くなる

→歯ぐきや歯が強くなる



★消化しやすくなる

→胃の働きを助ける



ひとくち、30回かむことが理想とされています。

かむ回数が少ないと、あごの骨の成長・発達が遅れたり、虫歯が起こりやすくなりま

す。むし歯や口の病気があるときは早めに治してよくかむ食生活を始めましょう！

はじめて！！

自己紹介

はじめて！5月31日から6月25日まで

教育実習で来た平野可菜です！



◎好きなこと

音楽をきくこと

◎好きな食べもの

オムライス

◎はまっていること

友達とゲームすること

保健室にいるのでぜひ声をかけてください！

6月の予定



月	火	水	木	金
	1	2 内科検診 (5年生)	3世 歯科検診 (1・2年・特支)	4
7 体重測定 (6年生)	8 尿検査(2次) 体重測定 (4年生)	9 体重測定 (5年生)	10世 歯科検診 (3・4年生)	11 体重測定 (特支)
14 体重測定 (1年生)	15 体重測定 (3年生)	16 体重測定 (2年生)	17世 歯科検診 (5・6年生)	18
21	22	23	24世	25
28	29	30		

※世は、せいけつ検査の日です。 ※体重測定は体操服で行います。