



げんきいっぱい

平成27年度 No.3



6月4日から6月10日は「歯と口の健康週間」です。口は食べ物を摂取するだけでなく、笑顔や楽しい会話によって人との良好な関係を築くのにも大いに役立っています。歯と口の健康、すなわち“健口”をめざして、日々、取り組んでいきましょう。

【6月の保健行事】

1日(月)	体重測定(小)
2日(火)	体重測定(小)、内科検診(小)
3日(水)	体重測定(小)
4日(木)	体重測定(中)、よい歯を育てるコンクール
5日(金)	体重測定(中)
8日(月)	体重測定(中)
16日(火)	耳鼻科検診(2小低学年・5年、1小、中学部)
18日(木)	耳鼻科検診(2小4年・6年、高等部)

※視力検査、聴力検査、バイタルチェック、整形外科検診を随時実施していきます。

もうすぐプールがはじまります！！

いよいよ、みんなが楽しみにしているプールが始まります。準備はできていますか？水着やキャップの準備はもちろんですが、一番大切ことはみんなの身体の準備です。

プールの授業を楽しくするために、自分の身体のチェックをしてみましょう。

プールOK？ チェックリスト

□目やにや充血はありませんか？

朝だけではなく、昼間も目やにや充血がみられるようなら、結膜炎のおそれもあります。

□皮膚に異常はありませんか？

傷やただれがあって乾燥していない場合は、プールは避けた方がいいでしょう。

□熱や鼻水、せきは出ていませんか？

□ツメは短く切っていますか？

□夜はぐっすり眠れましたか？

□朝ごはんはしっかり食べましたか？



よい歯を育てるコンクール

6月4日(木)に橋本市立高野口小学校で開催される「よい歯を育てるコンクール」に下記の児童(小学部)がきのかわ支援学校の代表として参加してくれます。



金森 隼斗 くん (1年)、小林 零次 くん (2年)、森下 ゆうな さん (5年)

1本ずつ、ていねいに！ 「みがいている」から「みがけている」へ



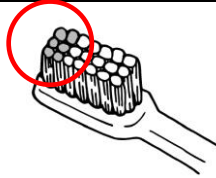
食べた後は、いつも歯をみがいていますね。

でも、ふだんの歯みがきで、どれだけ「みがけている」でしょうか？

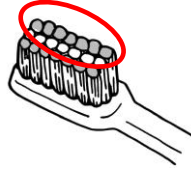
1本1本、ていねいにみがくことを心がけ、この機会に歯みがきのステップアップをめざしましょう！！

歯ブラシの毛先を使い分けよう！

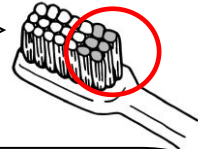
<つま先>



<わき>



<かかと>



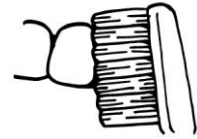
前歯のみがき方！



裏は「かかと」で



左右は「わき」で



奥歯のみがき方！



奥は「つま先」で



まん中は「わき」で



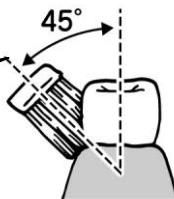
手前は「かかと」で

これもチェック！歯ブラシの持ち方・あて方

歯にまっすぐあてる



しにく歯肉とのさかい目は少しななめに



歯ブラシは
“えんぴつ持ち”
にっ！



力が入りすぎず、細かく動かします