

ほけんだより

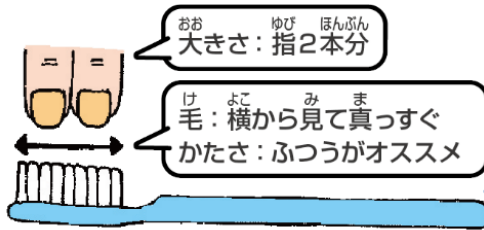
令和8年6月1日 NO. 3
さいたま市立馬宮西小学校 保健室

6月の保健目標『歯を大切にしよう』

衣替えの季節になり、急に気温が高くなる日が増えてきました。
本格的な暑さにまだ体が慣れていないので、しっかり睡眠をとり、
運動や外遊びの前には、こまめに水分補給をしましょう。



は 歯ブラシ点検のポイント！



毎月1回、給食の時間にクラスを回って、歯ブラシ点検を行っています。
歯ブラシが大きすぎないか、毛先が広がってきていないかをチェックして
います！

交換シールをもらったら、早めに新しいハブラシにかえてくださいね！



しかけんしん お 歯科健診が終わりました

春の歯科健診が終わりました。ピンク色の疾病通知を
もらった人は、早めに歯医者さんでみてもらいましょう。

むし歯など治療が
必要な人 25人

25人



は
歯みがきの
ポイント



きれいにみがくコツ3つ



こちょこちょみがき
(一本ずつ)



かがみをみながら



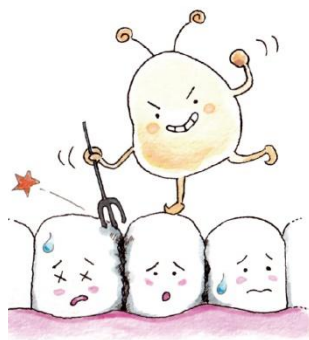
かるいちからで



ようちゅうい 要注意！むし歯になりやすいところ



は
おく歯のかみあわせ



は
歯と歯の間



は
歯と歯ぐきの間



は
歯並びがでこぼこ
しているところ



よこく は けんこうげっかん 予告！歯の健康月間！！



6月の保健目標は「歯を大切にしよう」です。毎年、6月は1か月

を通して「歯・口の健康月間の取組」を行っています。今年は、新

しい取組も行いますので、楽しみにしててください。