# ほけんだより

H30.6.6
村岡小学校
保健室

## 6月7日(木)1・2・3年生の 歯科検診(しかけんしん)があります

★「むしば」がないか、口(くち)の中(なか)にびょうきはないか、「は」がまっすぐに はえているか…などをしらべます。　いたくないよッ！！

前(まえ)の日(ひ)の夜(よる)、けんしんの日(ひ)の朝(あさ)、給食(きゅうしょく)のあと、いつもよりていねいに歯(は)みがきしてきてね。

---

**歯(は)は たべものを かむため だけに あるのでは ありません。**

おもいものを もち上(あ)げるとき、歯(は)をくいしばると、力(ちから)が入(はい)ります。

いたいとき、つらいときに ぐっと歯(は)をかむと がまんできます。

歯(は)がないと
「さ・し・す・せ・そ」
「た・ち・つ・て・と」
が いえません!!

おしゃべりを するにも 必要(ひつよう)です。

口(くち)をあけたままで お水(みず)をのみこむのは むずかしいよ。

水(みず)をのみこむときにも 歯(は)が 必要(ひつよう)なんです。

---

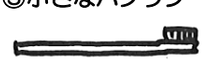
**むし歯(ば)に ならないために…**

クイズです。
どのハブラシが よぉく みがけるかな?

①大(おお)きなハブラシ

②広(ひろ)がったハブラシ

③小(ちい)さなハブラシ



こたえは ③

歯(は)の すみずみまでみがくには、大(おお)きな ハブラシより、子(こ)ども用(よう)の小(ちい)さな ハブラシがいいんです。
広(ひろ)がっているものは、たべかすがきれいにとれないのであたらしくしましょうね。