

ほけんもくひょう は たいせつ
6月の保健目標：「歯を大切にしよう」

校庭にはハチやアサガオが生き生きと活動しています。じめじめして外で遊べない日も多くなりますが、小さなおもしろい・うれしいことを見つけて、楽しめるといいですね♪

汗をかいてかゆみが出る子、ひっかきすぎてとびひになる子、目のかゆみで目の周りが腫れている子が増えています。自分でできる手当は何か？考えてみましょう。

歯科検診の結果

むし歯なしの人

6月4日～10日は
歯と口の健康週間



むし歯のある人

治療を済ませた人



★うら面に「はみがき
カレンダー」があるよ。
6月の1か月間トライ
してみませんか。

(7/1に学校にもって)
きててね🎵🎵🎵)

むし歯になりやすいところ、
ていねいにみがいてみよう！

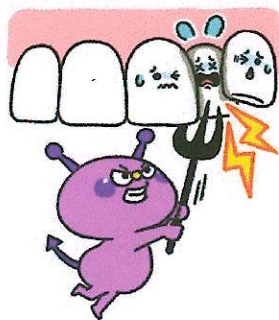


歯と歯の間

おく歯の
かみ合わせ



歯と歯ぐきの間



歯ならびがデコボコしている部分

目をこすったら
いけないのはなぜ？

目がかゆいときや目にゴミが入ったとき、目をこすってしまっていないか？それが意外と目にとって大きなダメージになっています。

こすると目の表面にある、目を守るバリアのような役割の角膜に傷がつかます。ひどい場合は目が開けられないほど痛くなることも。また、表面の傷口から細菌などが入り、感染症を起こす可能性もあります。



目にゴミが入った
目がかゆくなったときは？



水で濡らしたタオルを
目に当てて冷やす

洗眼液などで目を洗う



原因によってはそれでも良くならない場合も。
心配なときは眼科でみてもらいましょう。