

# ほけんだより 7月

平成22年7月13日  
広島市立庚午小学校  
校長 山崎 幸徳

**早**ね早起き はやあひ  
生活リズムの基本です。 せいかう きほん



## むずぐ 夏休み



夏休みの計画は、立てましたか？  
楽しい思い出が、たくさん  
できることを、祈って  
います。

そして、また元気な  
顔で9月に会いましょう。

**う**がい、手洗い、確実に。 てあう がくじ



夏バテの予防にも  
なります。

**歯**みがきも  
忘れずに。 は みがき も わすれずに



**毎**朝うんちで、おなかスッキリ まいあさ

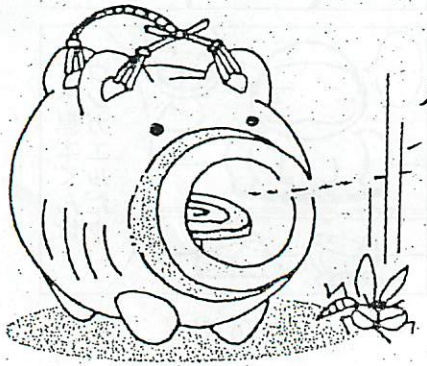


**元**気にあいさつ げんき

**す**あて「家のお手伝い」 いえ  
自分のできる事は、  
何かな？ おのれのできることは、 なにかな？



**な**おておう、目、耳、歯 め みみ は  
治たら、「治療済証」を  
出のぞ。あられなく。 なを ちたら、治療済証を 出のぞ。 あられなく。



### お知らせ

「おなかが痛い」  
「気分が悪い」  
「熱が出た」など。  
体調が悪い人が増えています。  
早ね早起きを心がけ、  
体力を落とさないように  
しましょう。



# 生活リズカレンダーの結果より

「朝・夜 歯みがきをしましたか？」の結果が出ました。

「5日間できた人が多かったランキング」

1位 — 2年生 (91%)

2 " — 5 " (89 ")

3 " — 6 " (86 ")

4 " — 3 " (84 ")

5 " — 1 " (80 ")

6 " — 4 " (76 ")



「歯科検診でむし歯がない人が多かったランキング」

1位 — 6年生 (88%)

2 " — 5 " (78 ")

3 " — 4 " (77 ")

4 " — 2 " (72 ")

" " — 1 " (72 ")

6 " — 3 " (69 ")

5、6年生は、歯みがきを朝・夜している人が多く、その結果、むし歯も少ないようです。

2年生は歯みがきをしているのですが、残念な事にむし歯のある人が多いです。低・中学年では、永久歯(おとなの歯)が生えてくる時期のため、歯の高さがそろわず、みがきにくさから、むし歯ができて予想されます。

また、どの学年にも、5本以上のむし歯を持つ人が何人かいます。歯は、治療しないと治りません。永久歯はもちろん、乳歯(子どもの歯)も必ず治療しましょう。

ほうっておくと  
どんどん悪くなっちゃうよ

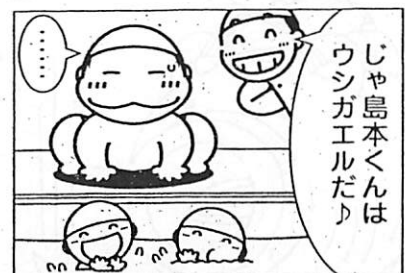


かむ力がついてくると、スポーツだけでなく勉強など色々な事でふんばりがきいてきます。歯が全部抜けた寝たきりの人に、ピクッ合っという歯を作ったところ、今までかむことができなかったけれど、何でもかんで食べられるようになったそうです。あんなふしぎな事に寝たきりから、自分の足で立ち、歩くことができたという事例を聞いた事があります。

「ひと口30回」かんで、かむ力をつけましょう。

ほったんだより、7月号

## ゲコーの時間



2010.7月号 「健」より