



令和6年7月  
東岩槻小学校

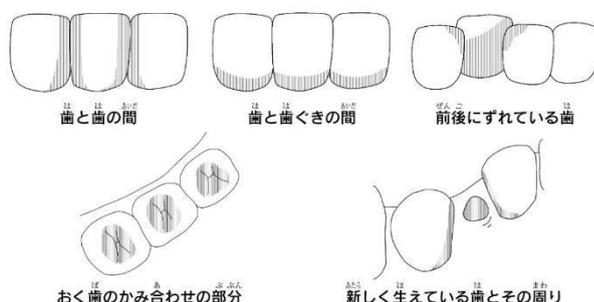
暑い日が続くと、体がだるい、食欲が出ない、なかなか眠れないなどということはありませんか？  
だからといってそのままにしていると生活習慣が乱れて、夏バテになってしまいます。湯船につかる、眠れなくても決まった時間に布団に入り横になる、朝日を浴びる、朝ごはんを食べるなど、できることから生活を整えて、暑さに負けない身体をつくりましょう。

## 6月 歯・口の健康月間の取り組み

### ◎歯みがきチェック（カラーテスト）実施

ご家庭での実施にご協力いただき、ありがとうございました。みがき方にはくせがあります。みがき残しがなくなるよう、赤くなった所に気をつけて、鏡を見ながら歯みがきをしましょう。11月にもカラーテストを行います。

◎みがき残しやすい部分



### ◎歯に関する標語・ポスター：選出し、市のコンクールに応募しました

### ◎歯ブラシチェック

みんな元気に東小クリニック委員会児童が、給食後に使用している歯ブラシを確認し、シールを貼りました。



### ☆いい歯パーフェクト賞☆

**2年生:1人 3年生:3人 4年生:1人 6年生:2人**

歯科健診の際、学校歯科医により、口内や歯の状況がとても良い児童が選ばれました。良い歯をつくり、保つために、毎日の歯みがき、仕上げみがき、歯科定期検診が大切です。

◎夏休み中の取り組みとして、『歯みがきカレンダー』を配付します。1日3回（食べたらみがく）歯みがきができるよう、ご家族も一緒に取り組んでいただけたらと思います。