



令和6年10月1日
豊川市立長沢小学校
保健室

がっこうほけんいいんかい かいさい 学校保健委員会を開催しました

9月12日、5時間目に学校保健委員会が行われました。今回のテーマは「^は歯のケアも二刀流 ^{にとうりゅう} みかく・ゆすぐのプロフェッショナルへ」です。むし歯予防やお口の中の健康を保つために、食後の^{しよくご}はみがきやフッ化物洗口が大切であることがわかりましたね。また、歯が生えかわる小学生の時期は、むし歯になりやすいことも知ることができました。歯は一度しか生えかわりません。今ある歯をこれからも大切にできるように、お口のケアをがんばっていきましょう。

～みなさんの感想～



あたらしい^は歯がむし歯になりやすいことがわかったので、しっかりはみがきをしたいです。(6年生)

あさ、ひる、よる、しっかり1日3回はみがきをしたいです。(6年生)



けんこういいんかいのみなさん

すてきな発表をありがとう！

はみがきしなかったら、歯だらけなんだなと思いました。歯みがきをしっかりしたいです。(3年生)



はみがきがんばろう週間を行いました

9月13日～9月20日の1週間は「はみがきがんばろう週間」でした。かなり多くのみなさんが給食後にはみがきをしていましたね。歯のよごれ=歯垢(しこう)は、フッ化物洗口では落ちません。歯垢は、むし歯になる原因です。はみがきがんばろう週間がおわっても、これからも食後の^{しよくご}はみがきをしていきましょう。

～みなさんの感想～



あたらしい^は歯がむし歯になりやすいことがわかったので、しっかりはみがきをしたいです。(6年生)
1週間の間にいっぱい歯みがきができてよかったです。(1年生)
ちょちょみがきができました。(4年生)



せんせい先生は、7月ごろからランニングに熱中しています。運動は苦手なので、はじめの頃は1km走るだけで精一杯でした。少しずつ距離を長くして、今では4km走れるようになりました。走っているときは、「つかれたなあ」「歩きたいなあ」と自分にまけそうになりますが、走り終わったあとの達成感や充実感を感じたときは、とても満たされた気持ちになります。「今日もがんばった自分えらい！」と自分で自分をほめて、自分をさらに好きになります。みなさんも、ぜひ趣味や夢中になれることを見つけてみてくださいね。