

# ほけんたより



6月

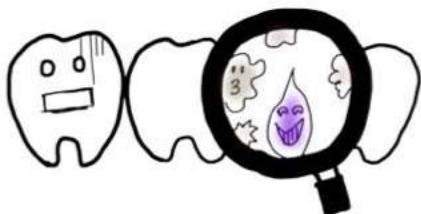
令和5年6月1日  
荒川区立原中学校  
保健室

6月4日～10日は『歯の衛生週間』です。皆さんは“歯”についてどの程度知っていますか？今日は“歯”について取り上げたいと思います。健康診断でむし歯など治療が必要な人は早めに受診してください。

## 先取っておこう！大切な歯！

① 歯について『歯こう』の正体は？

- ① 食べカス ② だ液 ③ 細菌



② 32本の永久歯には、4種類の形があります。それはなぜ？

- ① 見た目をよくするため ② 役割があるため  
③ 変化をつけるため



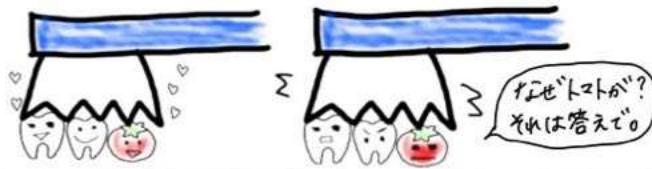
③ 1日に出るだ液の量に一番近いのは？

- ① コップ1杯 ② ペットボトル1本 ③ バケツ1杯



④ 上手な歯みがきのコツは？

- ① 軽い力で大きく ② ゴシゴシ強く大きく  
③ 軽い力で細かく



参考 1. ③ 2. ② 3. ② 4. ③

### 『自分のことも好きになろう』

- \* 誰かのことを好きになると、その人はばかりが気になります。その人のことを考えると、胸がフワ～と温かくなり相手のことが何よりも大切に思えます。それはステキな気持ちです。大事にしてくださいね！！
  - \* の \* もう一つ大切にして欲しいことがあります。自分の良いところ、好きなところを見つめる時間を持つこと
  - 健 ○ です。世界にたった1人の自分ですから、大切に思い大好きになってください。
  - \* 康 \* 自分を大切にできる人は輝いて見えますよ。
- ↳ 自分の心と体を大切にすることにつながっています。

