

6月は、歯と口の健康強化月間です。富士見小では、給食後のよりていねいな歯みがきや学級で歯と口の健康について保健指導を行います。また、家庭では、今年度もふじみっ子歯っぴー標語、歯みがきカレンダーの取り組みを行っていただきますので、ご協力をよろしくお願いたします。

一生使う大切な歯は、12歳までに永久歯へと生えそろういます。きれいにみがいたじょうぶな歯を大切にしてほしいと願っています。みがきにくいところもていねいにみがきましょう。**富士見小では、むし歯ゼロ、治療率100パーセントを目指しています。**かっぱいがんばるためには、じょうぶな歯が必要です。特にむし歯が見つかった人は、そのまま放っておくことのないよう、(乳歯でも)早めに受診して治療しましょう。

## 6月の保健目標 歯を大切にしよう

★令和8年度 歯と口の健康習慣スローガン★  
～ 歯みがきで 丈夫な体の基礎づくり～

6月4日～10日は  
歯と口の健康週間



- ① 1日3回、食後にていねいに歯みがきをしていますか？(歯ブラシの毛先を使って、奥歯や歯と歯の間、歯と歯ぐきのさかいめ、歯の内側まで、3分間以上の時間をかけていますか)
- ② 食事は、いつもよくかんで食べていますか？(目安は、一口30回かむこと=カミング30)
- ③ おやつは、時間を決めて食べていますか？(特にあまいものをダラダラ食べたり、ねる前に食べたりしていませんか)

おとな やく ふたり ひとり  
大人の約2人に1人！?  
に ほん じん こく ぶん びょう  
日本人の国民病

は うしな げんいん  
歯を失う原因  
だい いち い  
第一位

いた  
痛くないのに？  
どうして怖い？  
し しゅう びょう  
歯周病

じ かくしょうじょう じゅうしょうか  
自覚症状なく重症化する  
「サイレントキラー」

ぜんしん  
全身の  
こわ びょう き げん いん  
怖い病気の原因  
にも



は し にく けん こう たい せつ  
歯だけでなく歯肉の健康も大切に

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ 保護者の皆様へ ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

①6月は各クラスで、歯や口の健康についての保健指導を行います。学年毎のテーマは、下の表のとおりです。発達段階に応じた歯みがき指導、おやつや食事のとり方、かむことの大切さなどについて学習します。歯みがきを含めた生活習慣の確立には、児童が自ら進んで行動することが大切です。自律した生活習慣を確立するには、学校での保健指導とともに、ご家庭での取組も重要です。ご家庭でもぜひ実行して続けられるようによりしくお願いいたします

1年	「はの王さまをみがこう」
2年	「前歯をきれいにみがこう」
3年	「人はどうして歯をみがくのか」※渡辺歯科の衛生士とのT.Tによる授業
4年	「歯によいおやつのとり方を考えよう」
5年	「健康な歯肉をつくろう」
6年	「歯と自分をみがこう」※全国小学生歯みがき大会に参加（下記参照）



②第83回全国小学生歯みがき大会について（6年生の参加）

◆歯みがき大会は小学生に歯と口の健康に関する気づきと健康意識を育てることを目的に開催される大会です。大会の内容は、下記日程にて配信 HP「第83回全国小学生歯みがき大会サイト内」をご覧ください。

(1) 保護者向け解説映像

歯みがき大会の監修者 明海大学名誉教授 安井利一先生が、大会に参加するにあたり、ご家庭でどのような声かけを行っていただきたいか、また、大会後のご家庭での取り組みについての解説映像をお届けします。

◆公開期間：2026年5月8日（金）～6月30日（火）

(2) 大会配信映像（児童が学んだ内容をインターネットにてご家庭でもご覧いただけます）

◆公開期間：2026年6月1日（月）～6月30日（火）

③6月8日からプールが始まります。例年、エネルギー切れから具合が悪くなってしまう子どもいます。睡眠を十分にとり、朝食はパンと飲み物だけでなく、しっかりと（主食+おかず、果物等）とるようにしてください。なお、眼科や耳鼻科、内科の治療勧告書を渡された方は、必ず受診して、入水許可を学校へ提出するようお願いいたします。

④定期健康診断が終了しました。なお、健康診断で「お知らせ」がなかった場合は、「異常なし」ということとなります。ご了承ください。

食中毒予防の心得

ご家庭でできる



かえ 帰ったらすぐ冷蔵庫へ



て ゆび ちようり きく せいけつ 手指や調理器具は清潔に



か ねつ じゆうぶん 加熱を十分に



しつおん ちようじ かんぽう ち 室温で長時間放置しない



すこ 少しでも 怪しいと思ったら捨てる