

ほけんだより 2月号

令和3年2月18日
川口小学校
養護教諭 乾早貴
No. 22



し か けんしん 歯科検診がありました

今週は歯科検診がありました。7月と比べると、こどもの歯からおとなの歯に生え変わった人がたくさんいましたね。おとなの歯は生え変わらないため、一生使う大切な歯です。毎日ていねいに歯みがきをして大切にしましょう！

今日配った結果を見て、むし歯やむし歯になりそうな歯があった人は、お家の人に相談して歯医者さんで診てもらってくださいね。



<保護者の方へ>

2月15日に、今年度2回目の歯科検診を行いました。本日全員に検診結果を配布しますので、治療や相談が必要な方は早めの受診をお願いいたします。受診した場合は、診療報告書にご記入の上、担任までご提出ください。

ほ 歯みがきのポイント

- 月ごとに歯ブラシを新しいものにかえる
- 1日3回（朝昼夜）歯みがきをする
- 力を入れすぎず歯ブラシを小さく動かす
- 3分以上かけてていねいに歯をみがく



さいがい そな 災害に備えよう！

先日、福島県で震度6強の地震が起こりました。高知県でも、今後震度6以上の南海トラフ地震が起こると予想されています。地震や火事などの災害は、いつ起こるかわかりません。もし災害が起こったときはどうするのか、準備はできていますか？お家の人とも話し合ってみて、しっかり対策をしておきましょう！



じぶん み まも くんれん 自分の身を守る訓練をする

避難訓練：地震や火事が起きたときに避難するための訓練

シェイクアウト：「姿勢を低く、頭を守り、動かない」

という地震の際に安全を確保する訓練

ひなん じゅんび 避難するための準備をしておく

ひなん ばしょ
避難場所の
かくにん
確認



ひじょうよう
非常用バッグの
じゅんび
準備



みず ひじょうしょく
水や非常食を
お
置いておく



ひなんじょ
避難所での
かんせんしょうたいさく
感染症対策