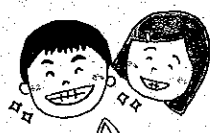


6月になりました。少しずつ暑くなってきましたが、元気に過ごしていますか？これから梅雨に入り、さらにむし暑い日も増えると思いますが、水分をこまめにとって元気に過ごしてくださいね！



6月4日～6月10日は  
歯と口の健康週間です



歯のことを知ろう!!

みんなはどれくらい歯のことを知っているかな？

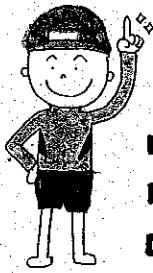
## たかがわ ほけん ニュース☆

### 6月の保健行事

6月4日(火) 尿検査2回目  
6月25日(火) 尿検査3回目

個々の陽性者と未提出者が対象となります。

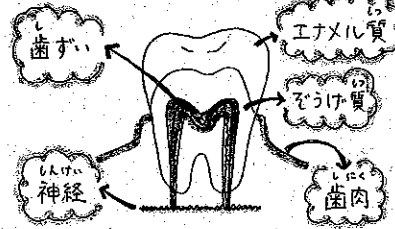
内科・眼科・耳鼻科・歯科の検診がわかりました。お知らせをもらった人はなるべく早く受診しましょう。5月号でもお知らせしましたが、心臓・内科・眼科・耳鼻科検診については、お知らせをもらった人は受診するまでプールに入れませんので、必ず受診して下さい。



### 6月10日からプールがはじまります☆

プールでは次のことをしっかりと守りましょう!

- 爪は短く切っておく
- 毎日お風呂で体や髪の毛をきれいに洗う
- 耳そうじをしておく
- 体調が悪い時は無理をしない
- 早寝・早起き・朝ごはん
- タオル・帽子などの貸し借りはしない



乳歯と永久歯

乳歯(子どもの歯)は...

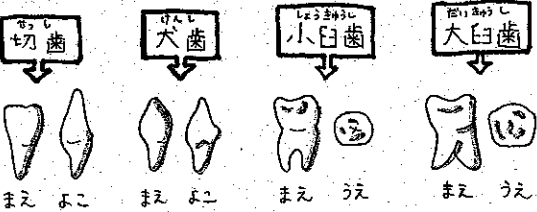
永久歯(大人の歯)は...

上下あわせて20本! 永久歯に比べて、むし歯になしやすい。

上下あわせて28~32本! すきっつから歯なので大切にや。

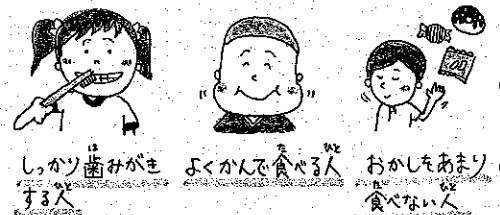
### 色んな歯の種類

食べものをかき、たり、すりつぶしたりしています!



自分の口の中をみてみよう! 色々な開きの歯があるね。

### むし歯になりにくい人は?



しっかりと歯みがき よくかんで食べる人 おかしをあまり食べない人

### 歯に再生はない!!

乳歯がぬけると永久歯が生えてきます。でも人間の歯が生え変わるのはその1回だけ。みなさんの一生のパートナーになる歯。大切にしておいてください!

# 心のおはなし リフレーミングしてみよう!!

うるさいってよく言われるんだ。

明るくて元気なんだね!

すぐに泣いてしまうの。

感情豊かなんだ!

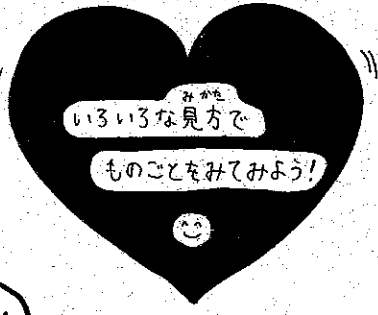
ぼく、てまひげむる?

責任感があるんだね!

変わってるってよく言われる...

その人ならではの味がある、個性的ってこと!

リフレーミングとは、今の見方とはちがう見方でみることです。あなたは自分のどんなところが好き? 自分では自信がなかったり、短所だと思っているところも、見方を変えれば長所になるかもしれないよ!



口だけで話すのがおもしろい。

ていねいに言葉をえらんでいるんだね!

すべいばるって言われるんだ。

自分に自信があるってことだね!

おとなしいって言われた...

おたやかてひかえめなんだね!

あまえんぼうかも...

それだけ人にかわいがられているってことだね!

自分や友達の良いところがたくさんみつかりますように! ♡

いつもハッキリことわれないの。

相手のことを考える優しさがあるんだね!

もしかしてずうずうしいかも...

積極的なんだね!

まわりを気にしてしまうの。

まわりの人に気づかいやバくばりができるんだね!

ガンコだって言われた。

強い意志や信念があるんだね!