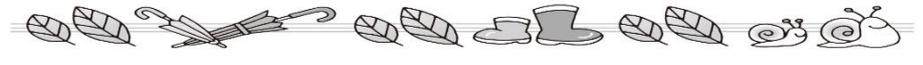


学校が再開しました。河中版 NLS を意識し、感染症予防に務めながら、活動しましょう。登校前の検温など、家庭での対策も引き続きよろしくお願いします。

## びょうき よぼう きほん てあら 病気の予防・基本は手洗い



### ～食中毒予防三原則～

「つけない」



よく洗う

「ふやさない」



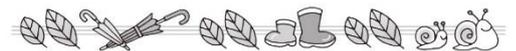
残った料理は、置きっぱなしにしない、早めに食べる

「やっつける」



加熱する

## \* 歯と口の健康週間 6月4日～10日 \*



# 歯を守る 3つの C

### CHECK 確認

歯科検診の結果を見て、自分の歯の状態を知っておく



### CARE 予防

食後の歯みがきで口の中をいつもきれいに

夜の歯みがき  
ていねいに!



むし歯は寝ている間にできやすいです

### CURE 治療

気になるところは早めに歯医者さんに相談



## 6月9日(火)は身体測定

- \* 体育服で測定します。
- \* メガネ、コンタクトレンズを使っている人は、つけて視力を測ります。
- \* 髪をむすぶ人は、身長が測りやすい位置でむすんでください。

裏面は、歯にまつわる数字と、クイズ

# ～歯にまつわる数字 2つ～

1

約 **4** 割



抜歯する原因の中で歯周病が占める割合。むし歯やケガよりも歯周病で歯を失うことが多いのです。

※全国2,345の歯科医院で行われた「全国抜歯原因調査結果」（2018年調べ）より

2

**8020**

80歳になっても自分の歯を20本以上残そうとする8020運動。20本くらいの歯があれば、ごはんをおいしく食べられます。

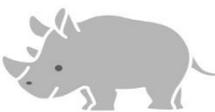
今では約2人に1人がこれを達成しているそうです\*。みなさんも、自分のパートナーである歯とずっと一緒にいられるようにがんばりましょう。

※8020推進財団（2016年調べ）より



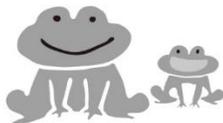
梅雨を楽しむクイズ

① これな～んだ？

あじ 

ヒント きれいにさくはなだよ

② このカエルはおとな？ こども？



おとな ② いそいそ ① (そとま)