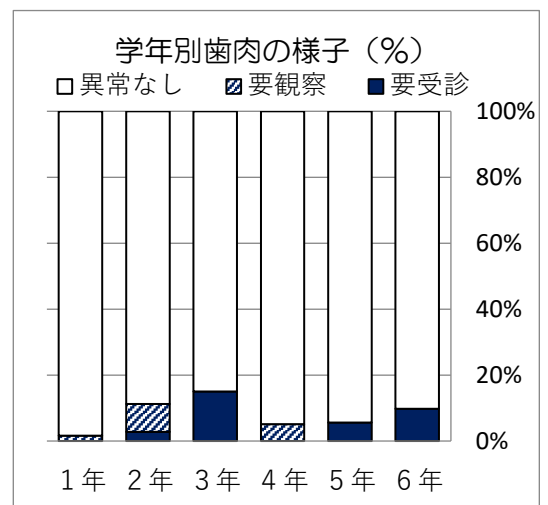
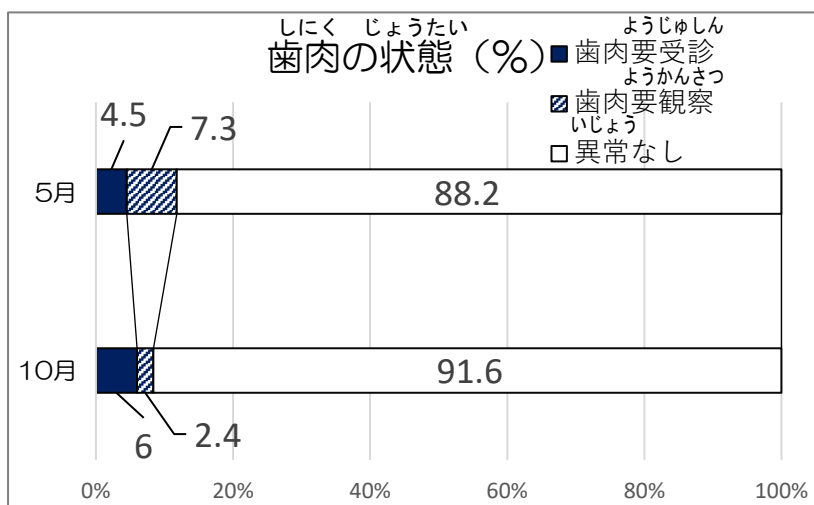
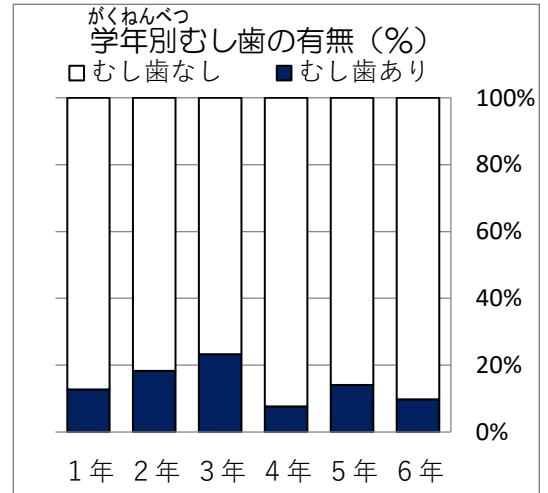
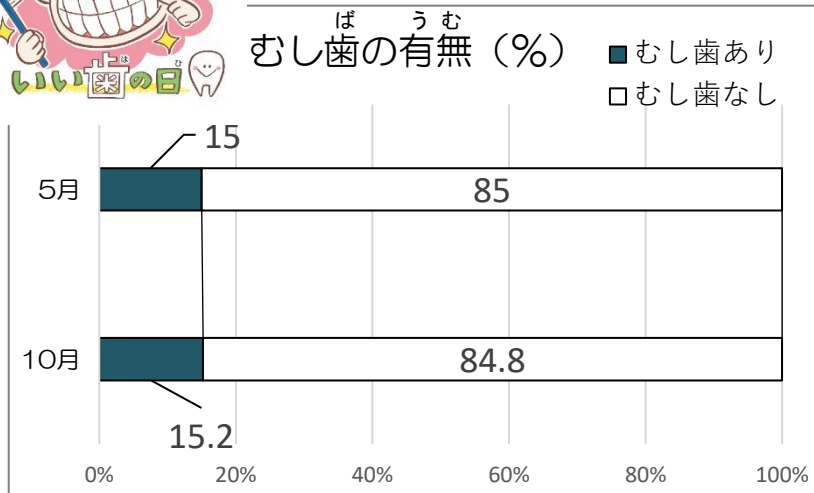


朝晩涼しい日が増えてきました。寒くなると暖かい上着を着たいところですが、まだあまり厚着しすぎないように意識してみましょ。また、しっかりと朝ごはんを食べ、外でたくさん体を動かし、冬に向けて寒さに負けない体づくりをしましょ。



11月8日は **おうちの人と一緒に読みましょ**
しゅうきしかけんしん けっか
秋季歯科検診の結果について



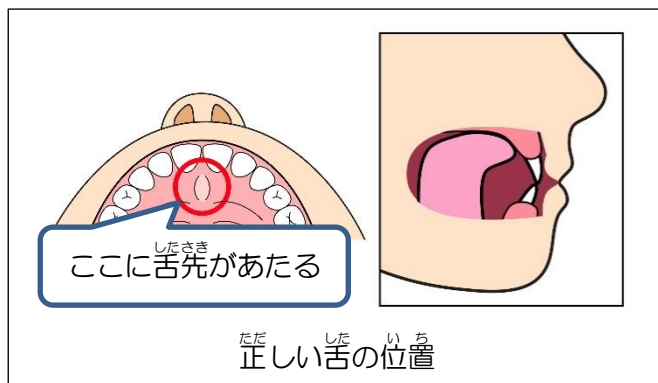
10月に秋季歯科検診を実施しました。乳歯がむし歯になっていた場合、永久歯に生え替わることでもし歯は減ります。しかし、歯肉の状態が悪いと、永久歯が今後むし歯になる可能性が高くなります。この機会に仕上げ磨きをして家庭で口の中の様子を確認してみましょ。



<<舌の位置と歯並び>>

舌の正しい位置は、**舌先が前歯の裏の**
少し後ろ、舌の広い部分が上あごの裏に
軽く付いている状態です。

しかし、正しい位置についていないと、上
 あごの成長が弱まったり、歯に異常な
 力が加わっていたりして歯並びにも影
 響が出る場合があります。

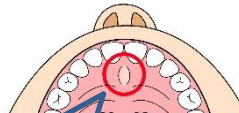


<<ホッピングで舌をきたえよう！！>>

ホッピング（舌で音を鳴らす）をすることで舌がきたえられ、正しい位置にキープできるようになります。

1


舌の先を上あご（前歯の裏の
 少し後ろ）につける。



前歯に当たったり、後ろに下がったりしすぎないように注意！


2

舌全体を上あごにぴったり吸い付け、舌の裏の筋をのばす。



3

舌の裏の筋をしっかりと伸ばしてからカンッと音を鳴らす。



🍎🍏🍏🍎🍏🍏 11月の保健行事 🍏🍎🍏🍏🍎🍏

秋季視力検査 11月22（金）～29日（金）対象者のみ

対象者

春の視力検査の結果、片目もしくは両目の視力がC（0.6～0.3）以下かつ、
 学校に「受診のお知らせ」を未提出の児童

検査結果について

検査の結果C（0.6～0.3）以下だった児童のみ、受診勧告を渡します。

手紙を受け取った児童は、眼科を受診してください。

※視力の低下は、眼の疾患が原因となっている場合もあります。すぐに眼鏡の作成やレンズ交換を行うのではなく、一度眼科を受診してください。

※眼科を受診済で、まだ「受診のお知らせ」を学校に出していない場合は、すぐに提出してください。

