

ほけんだより

5月

保健体育常任員
3-2 山中紅愛
協作者 松浦望輝

Our Job

Golden Week (ゴールデンウィーク) は

どのような過ごし方でしたか?
部活を頑張った人、家が「ゴロゴロ」した人、
昼夜逆転で歯みがきを忘れた人、
いますね。もしかしたら、歯に何かあったかも

カルシウムが多い食べ物

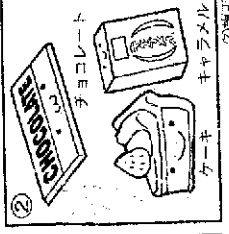
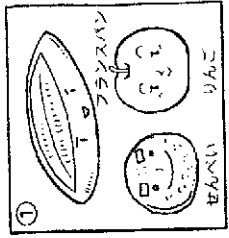


歯を強くするための

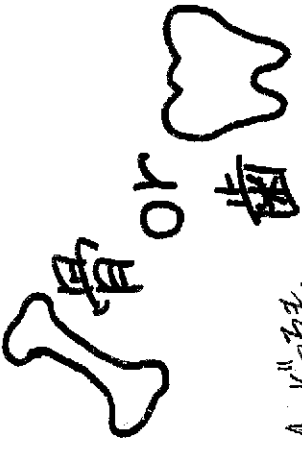
カルシウムは骨や歯をつくるために
重要な栄養素です。成長期には骨
自体もどんどん大きくなっていき
瞬時なので、カルシウムを豊富に
含む食品を意識してとることが大切。
カルシウム不足には
気を付けよう

Q. Quiz?

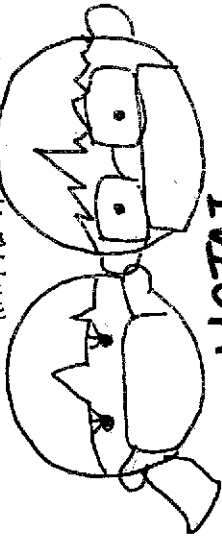
① 歯に歯垢はつきますか?



② カルシウムは主にどこにある?



A. どちらも



HOTAI
JONIN
LINKAI

みんな
読んでね

1. 健康観察

毎日の健康を教えるの

2. 消毒管理

手をきれいに

3. 衛生管理

石けんのはじり

4. 水質検査

水の安全を確保している

5. ホスナー・保健だより

づくり

目標

みんな読んでね

体調管理などの呼びかけをし、責任感を持つて行動する。