

6月は、じめじめと蒸し暑い日や少し肌寒い日もあるかと思ひます。

天気や気温の変化で体調を崩しやすい季節です。

睡眠や食事をしっかりとって元気に乗り切りましよう。

### 教育実習にきています！

和泉総合のみなさん、初めまして。実習生の西と申します。6月1日から6月28日まで

保健室で実習をさせて頂いておひます。主に保健室にいてることが多いと思ひますが、

見かけたら気軽に声をかけてください。今回の保健だよりを作成しました。

短い期間ですが、皆さんが健康で元気に過ごせるよう、

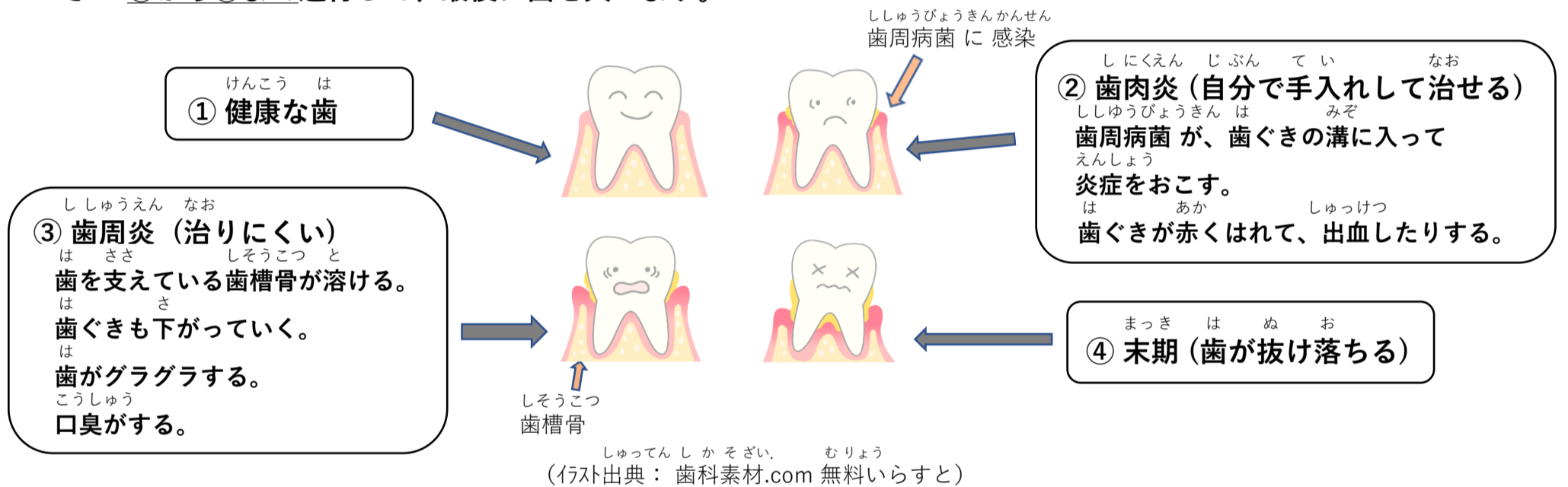
精一杯お手伝いしていきたくと思ひます。よろしくおひねがいます。



### 歯周病ってどんな病気？

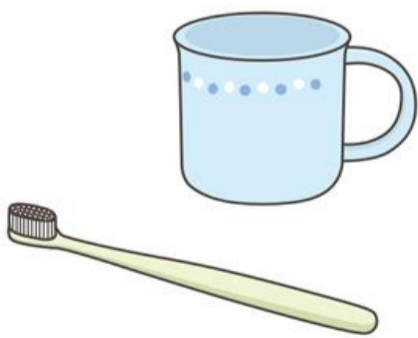
歯垢という歯の汚れの中にある、歯周病菌(細菌)に感染して起る病気です。むし歯とは別の病気です。

つぎの①から④まで進行して、最後に歯を失ひます。



### 歯を磨いて歯周病を予防しよう！！

- ★ 食べた後や寝る前に歯を磨こう！
- ★ 糸ようじ(フロス)を使って歯の間の歯垢も取ろう！
- ★ 定期的に歯医者に行つて歯垢や歯石をチェックしてもらおう！



### お知らせ

歯科検診の結果、歯医者さんの処置が必要と思われる人に、お知らせをお渡しします。

もらった人は、早目に歯医者に行きましよう！！