

とほけんだより 11月

R4. 11
大虫小学校

INFORMATIVO DA SAÚDE

★11月8日は、いい歯の日！！

11 de novembro - Dia de dentes bons!! *11.8 → i i ha



●QUIZ DE ESCOVAÇÃO DOS DENTES.

いい歯にしよう!
はみがきミニ Q&A

Q1. Ao escovar os dentes...?
A: Escova com força.
B: Escova de leve.

Q2. Ao escovar os dentes...?
A: Faz movimentos pequenos.
B: Faz movimentos grandes.

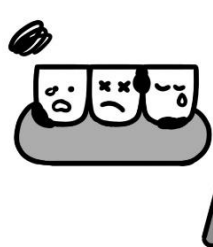
Q3. Escovar quando...?
A: Ao terminar a refeição.
B: Depois de 2 horas.

Q4. Escovando os dentes, é possível curar a gengivite...?
A: Sim
B: Não

Q5. Troca da escova dental...?
A: 1 vez em 1 mês.
B: 1 vez em 3 meses.

(こたえ: Q1...B、Q2...A、Q3...A、Q4...A、Q5...A)

SE CONTINUAR A USAR ESCOVA DENTAL VELHA...



Dificulta a remoção da sujeira!



Usar muita força pode danificar seus dentes e gengivas.



Poderá aumentar bactérias com a escova de dente.

★AOS SRS. PAIS E RESPONSÁVEIS

Para as crianças do 1º e 4º ano, serão realizados os exames odontológicos em 29 de novembro (terça-feira).

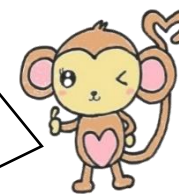
Quem tem cáries e ainda não fez o tratamento, favor fazer o quanto antes.

★VAMOS DEFINIR REGRAS DE MÍDIA!

守ろうわが家のメディアルール VAMOS SEGUIR AS REGRAS DE USO DA MÍDIA

Para usar bem os “dispositivos de mídia” como tablets, smartphones e computadores, converse bem com sua família e vamos definir as regras da sua casa!
(Depois distribuiremos a folha para preencher).

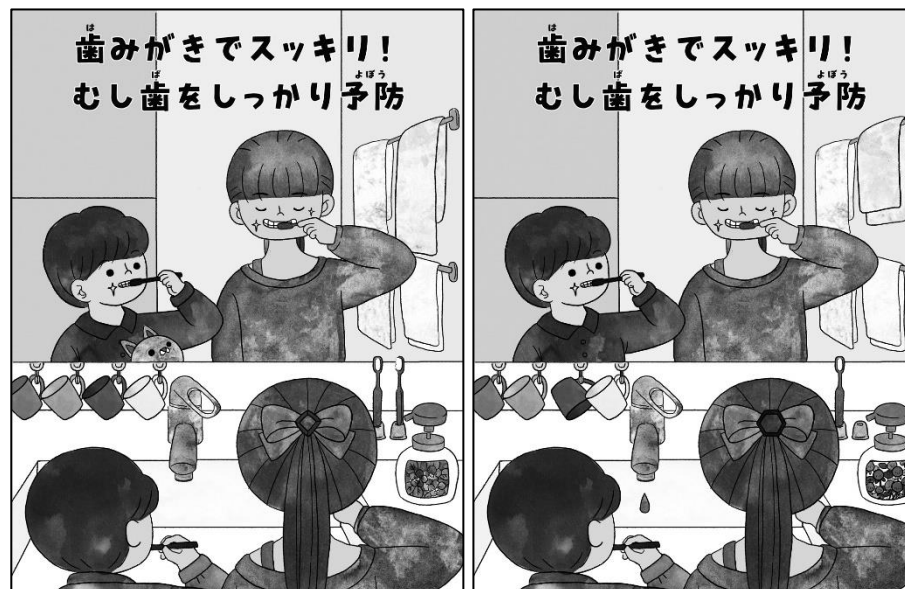
Vamos pregar a folha das regras em um local bem visível na sua casa!



ALGUNS EXEMPLOS DE REGRAS DO ANO PASSADO!

- Até 1 hora durante a semana e 2 horas nos finais de semana.
- Estudar e ler a mesma quantidade que usar a mídia.
- Terminar antes das 21h.
- Descansar a metade do tempo usado.
- Usar na frente da família.
- Não jogar games nos dias de semana!

★ENCONTRE OS ERROS. SÃO 7 ERROS.



Quem quiser saber a resposta, venha vê-la na enfermaria.

