



6月ほけんだより

令和6年6月3日発行
川崎町立富岡中学校
保健室

紫陽花(あじさい)がきれいに咲く季節となりました。学校に咲く紫陽花の開花も楽しみです。

この時期は、急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったりと気温の変化も大きく体調を崩しがちです。引き続き、毎朝の健康観察をよろしく願います。発熱時や体調が優れない時には無理せず学校にご連絡いただきたいと思ます。

また、遅刻・欠席の連絡につきましては、始業前のご連絡をお願いしておりました。今後も、ご連絡のない時は、生徒の安全確認のために、お電話差し上げますので、ご承知おきください。

●6月の健康診断日程一覧

| 日時 | 検診名 | 対象 | 校医・医療機関 | 備考 |
|---------------------|-------|-------|--------------------|-----------------------------|
| 6月 6日(木) 10:30~ | 眼科検診 | 全校生 | 水戸眼科医院 水戸武三先生 | 髪の毛が目にかからないようにしておいてください。 |
| 6月 18日(火) 13:15~ | 歯科検診 | 全校生 | 西村歯科医院 西村英紀先生 | 検診前の保健調査記入は、クラスで時間をとって行います。 |
| 6月27日(木) 13:40~ | 耳鼻科検診 | 1・3年生 | 大河原耳鼻咽喉科 大久俊和先生 | 検診前に耳の掃除をしておいてください。 |

●水分補給について

水分補給のために、水筒を準備していただきありがとうございます。水筒を忘れた時や飲み物が足りなくなった時には、水道から水をくんで飲むように声を掛けていますが、部活動まで飲み物をとっておくために、日中の水分補給を控えている生徒もいます。お子さんの様子を確認していただき、清潔な水筒と、十分な量の水分を準備していただきますようお願いいたします。

●6月の保健目標「歯の健康によい習慣を身に付けよう」

6月4日~6月10日は「歯と口の健康週間」です。

- ・8020運動を進めよう!(80歳になっても、20本の歯を保とう)
- ・一生自分の歯で食べよう!
- ・歯みがきで心と体を健康に!

歯を失う原因のほとんどが、むし歯と歯周病(歯が抜け落ちる)です。この2つの病気は毎日の心がけて防ぐことができます。歯や口の健康は、体の健康にもつながります。定期的に歯ブラシの確認・交換もお願いいたします。

