

保健だより

令和5年6月6日
京丹後市立
久美浜中学校
保健室

合唱祭お疲れさまでした。各クラスの取組の集結が素晴らしいハーモニーを奏で、とても感動的な合唱祭となりました。疲れが残っている人もいますかと思ひます。これから暑い日も多くなります。体調管理に努めて、熱中症など気をつけていきましょう。

6月の保健行事

- 8日(木) 尿検査二次 < 該当者 >
- 9日(金) 尿検査二次予備日
- 22日(木) 耳鼻科検診 < 全学年 10:35~ >
- 27日(火) 心臓二次検診 < 該当者 >

該当の人には、前日に容器等をお渡しします。

かぜ症状のない人については、マスクは外していきましょう。

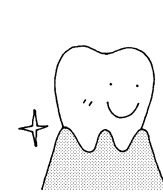
未受診の人には後日、検診日を設けますのでもう少しお待ちください。

保護者の方へ ※今日、歯科検診の結果を全員に配布しましたので、ご確認ください。

- 健康診断の結果については、視力と歯科以外は異常がある場合のみお知らせします。
- 受診されましたら、『受診報告書』を学校に提出してください。

7つのまちがいさがし

保健室前にカラー版が貼ってあります。(答えも)



6月4日~10日

歯と口の健康週間



今年のテーマ

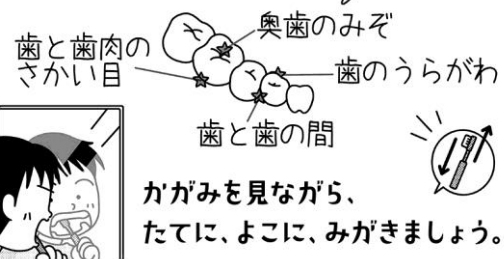
『手に入れよう 長生きチケット 歯みがきで』

- ハチマルニイマル
- ① 8020運動を進めよう
(80歳になっても、20本の歯を保とう)
 - ② 一生自分の歯で食べよう
 - ③ 歯みがきで心と体を健やかに

という3つの目標で、全国的にいろいろな取り組みがなされています。

1本、1本、ていねいに

1本の歯でも、みがくところはたくさん!

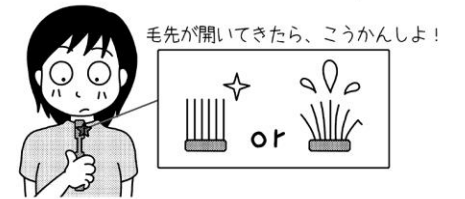


おし歯は『夜』に作られる...



歯ブラシ、きれい?

毛先が開いた歯ブラシでは、汚れがきれいに取れないし、歯肉も傷つけてしまいます...



きちんともみがけてる?

半年に1回は歯石とり

毎日ていねいにみがいても、残った汚れは歯石になっていきます。定期的にきれいにしてもらいましょう。

