

梅雨に入り、天気が不安定な日々が続いていますね。雨の多い6月は、雨で足元が濡れて滑ってケガをしやすくなったり、気温が不安定で、体の調子をくずしやすいときです。また、授業ではプール学習もはじまりました。いつも以上に健康・安全に気をつけていきましょう！



令和6年度テーマ

歯をみせて 笑える今を 未来にも

この機会にぜひ歯と口の健康について考えてみましょう！

健康な歯を保つための生活習慣

歯をていねいに磨く

- ① デンタルフロスを使ってみる
様々なタイプがあるので、自分に合うものを探してみよう
- ② 間食は甘いものを控える
- ③ だらだら食べしない
- ④ 寝る前に甘いものを食べない
- ⑤ 寝る前には必ず歯を磨く



歯科健診を終えて...

歯垢付着や、歯肉炎軽度炎症(GO)にチェックが入っている人が多かったです。また、要観察歯(CO)は虫歯になりかけの歯なので、一度歯医者さんで診てもらった方がいいですよ。う歯(虫歯)があると言われた人は、早めに治療を受けましょう！



6月の予定



検診・検査項目	日時	対象学年		備考
内科健診	6日(木)	13:30～	1年生	- 心臓や呼吸に異常が無い - 栄養状態や皮膚の様子 - 貧血は無い - 胸や背中、四肢の骨に異常は無い 
	13日(木)	//	2年生	
	20日(木)	//	3年生	
尿検査(2次)	20日(木)	朝の会で提出	未提出者または2次検査対象者	対象者には19日に容器を配布します。
	21日(金)			

※内科健診は体育着を着用したまま受診します。昼休みは、汗をかかないように静かに過ごしてください。
※自分の身体で気になることがあれば、健診時に医師へ質問してもかまいません。