

# 保健だより 6月

福島市立飯野中学校

保健室

2016. 6. 7

いよいよ明日から支部中体連大会が始まります。1人1人が、自分の力を出し切って頑張ってきてください。試合に出ない人もチームの一員として、一生懸命応援や選手のサポートをしてきてください。

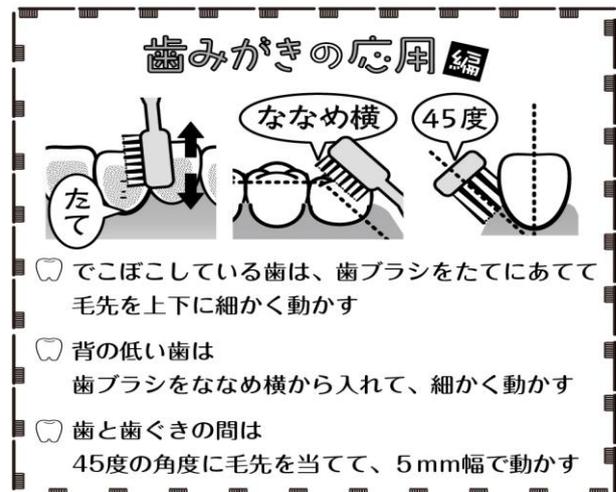
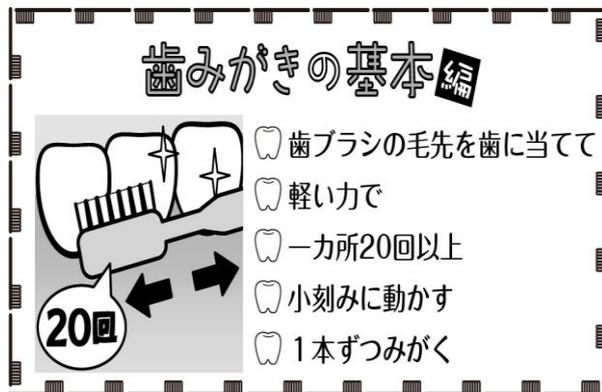
## 6月保健目標【歯の健康を考えよう】



### ☆6月4日～6月10日 歯と口の健康週間☆

5月に歯科検診を実施し、結果を配付しました。むし歯やむし歯になりそうな歯があった人、歯垢の付着や歯肉の炎症が見られた人は、症状が悪化する前に早めに歯科受診をしましょう。治療が済んだら、報告書を学校に提出してください。

むし歯や歯周病は、「歯みがき」で予防ができる病気です。面倒くさがらずに、毎日歯をみがいて気持ちよく生活できるようにしましょう。



### 「歯と口の健康指導」実施のお知らせ

- 日時：6月16日(木) 5校時
- 対象：全校生徒
- 場所：体育館
- 持ち物：手鏡、歯ブラシ



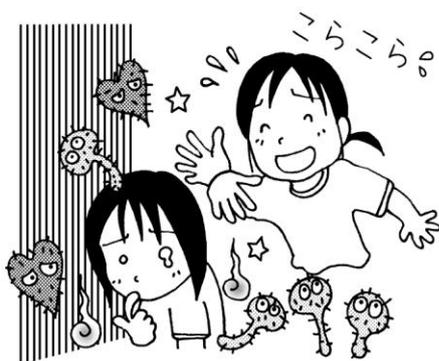
# ☆身の回りを清潔にしよう☆

これから梅雨の季節がやってきます。梅雨の季節は、じめじめしていて嫌な気持ちになってしまいがちです。そんな気持ちを吹き飛ばすために、身のまわりを清潔にして過ごしてみたいかがでしょうか。きれいなハンカチを持つ！汗ふきタオルを持ち歩く！お風呂で体をきれいに洗う！など、身のまわりを清潔にするだけで気持ちがすっきりとしますよ。

5月からは、「衛生検査」が始まりました。月に1回の検査ですが、特に「ハンカチ」はきれいなものを毎日持ち歩いて欲しいと思います。きれいに洗った手を、髪の毛や着ている服で拭かずにハンカチで拭く習慣を身につけられるようにしましょう。



食中毒に要注意!



心までジメジメしないで〜

梅雨時、  
気をつけたらいいこと



熱中症対策、忘れずに



ろうかツルツル。走らないで!

