

新学期が始まり2か月が経ちます。6月は雨が多く、ジメジメとした日が多く気分も落ち込みがちです。加えて、日中に25℃を超える日も多くなってきて暑さも厳しくなっています。今のうちに、暑熱順化を意識して、これからやってくる暑い夏を元気にすごせるようにしましょう。

プールが始まります

- ☐ 前の日は早く寝ましたか？
- ☐ 体調はいいですか？
- ☐ 熱はありませんか？
- ☐ 朝ごはんは食べましたか？
- ☐ 爪は短くしてありますか？
- ☐ 準備運動はしっかりしましたか？

目・鼻・耳・皮膚の病気がある人は治療しておこう！

安心・安全な水泳授業のために気をつけること

衛生面から、水泳用キャップは必ず着用するようにしましょう。また、ゴーグルの着用もおすすめです。



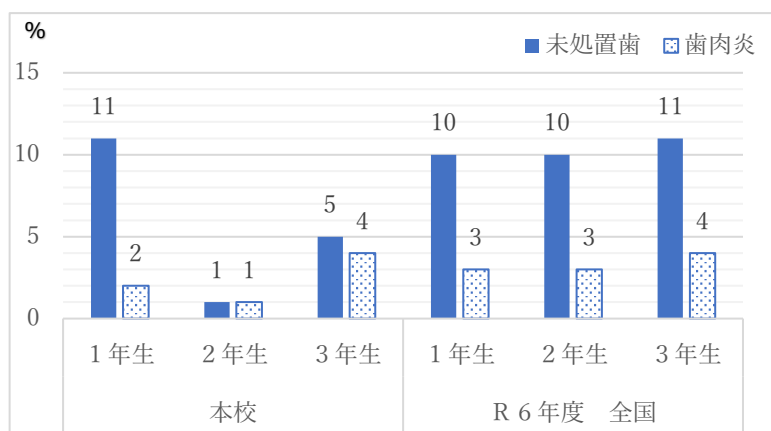
タオルやゴーグルなど物の貸し借りはしません

プールサイドは走りません



体調が悪くなったらすぐに相談します

～歯科検診の結果～



歯周病を防ごう！ 歯みがきのコツ

歯垢がたまりやすい場所は、特にていねいにみがきましょう



45°の角度であて、歯ぐきをマッサージするように



毛先が歯と歯の間に届くように。デンタルフロスも使おう

本校は、未処置歯の生徒の割合が全体でみると、全国と比較して少ない結果となりました。歯肉炎（G）の生徒の割合は少ないですが、**歯肉炎の初期変化(GO)の生徒が、1年生78%、2年生72%、3年生78%**と半数以上の生徒が、歯肉炎の初期段階でした。歯だけでなく、**歯肉も健康でいられるように、歯磨きをする時に、歯と歯茎の間・歯と歯の間もしっかりと意識して磨いていきましょう。**

保護者の方へ

健康診断の結果をお渡ししています



健康診断の結果、医療機関の受診が必要な場合は通知しています。視力や聴力など、早期発見・早期治療によって治療期間が短くなったり、その後が変わってくるものもあります。何かとお忙しいこととは存じますが、お知らせを受け取った際は早めの受診をおすすめします。



※なお、学校の健康診断は病気の「可能性」のスクリーニングなので、医療機関で検査すると「異常なし」とされる場合もあります。