



きたがたちよりつみなみがくえん ほけんしつ
北方町立南学園 保健室

れいわ ねん がつ にち
令和7年6月13日 No.4

6月といえば梅雨の季節ですね。この時期は気温も湿度も高くなります。朝晩と昼間の気温差もあるのでぬいだり着たりできる服で体温調整しましょう。また、汗をかいたらきちんとハンカチやタオルでふいて、体調の管理もしていきましょうね。

歯科健診の結果です！

南学園で子どもの歯もしくは大人の歯にむし歯があった人は、
49人でした。治療にいきましょう。
というお手紙をもらった人は早めに受診しましょう。(結果は全校児童生徒に配付しました。)



- ☒ 食事の後に歯みがきをしている
 - ☒ 歯ブラシを持つときは「えんぴつ持ち」をしている
 - ☒ 歯ブラシは軽い力で、こきざみに動かしている
 - ☒ みがき残しやすい場所もみがけている
- ◇奥歯のみぞ ◇歯と歯の間 ◇歯と歯ぐきの境目
- ☒ みがいた後は鏡でチェックしている
- 毎日チェックして、いつもきれいな歯でいよう！

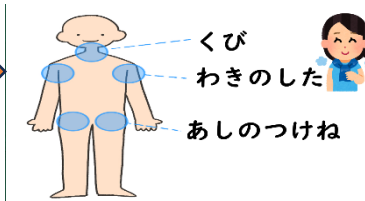
熱中症についてお話をしました！

お昼の放送で熱中症についてお話した内容の復習です。

- 熱中症にならないためのポイント 3つ
- (① 水分をこまめにとる ② 日陰で休む ③ すずしい服装にする)

- 冷やすといい場所

- 熱中症になりやすい人について



ねっちゅうしょうクイズ！！

【お昼の放送の様子】

睡眠不足だと体温調節の役割がある自律神経のバランスが崩れ、うまく体温を下げてくれなくなります。規則正しい生活を送り、熱中症を予防しましょう。

- Q3 ねっちゅうしょうになりやすい人はどんな人？
- ① ねぶそくの人
② あさごはんを たべていない人
③ あつい ばしょで マスクをつけて はしっている人

せいはいは…

ぜんぶ

おうちの方へ

〇健康診断の結果について

本日、13日(金)に歯科健診(全校へ水色の紙)、耳鼻科健診(該当者のみへピンク色の紙)の結果のお知らせを配付しました。受診の必要な方は、早めに病院受診をしていただきたいです。また、日頃から定期的に受診されている場合は、用紙をそのまま提出していただいても構いません。よろしくお願いします。

〇歯みがきの個別の指導について

5月のほけんだよりにも掲載しましたが、歯科健診の結果、特に指導が必要な児童生徒を対象に個別の歯みがき指導をする予定(6月23日からの週の昼休み)です。対象者は、歯肉または歯垢が「2」の診断を受けた児童生徒です。これを機に、ご家庭でも歯磨きの仕方についてお声かけしていただくとありがたいです。