

ほけんだより



平成28年6月7日

我孫子中学校

保健室

雨の日が増えてくる季節がやってきました。廊下がとても滑りやすくなりますので、校舎内での過ごし方を一人一人が考え、安全に生活が送れるよう心掛けていきましょう。

全学年が揃い、部活動が本格的に始まり、いきいきと活動する姿がみられます。その反面、からだが疲れてきているようです。からだを休ませつつ1つ1つの活動に取り組んでいきましょう。

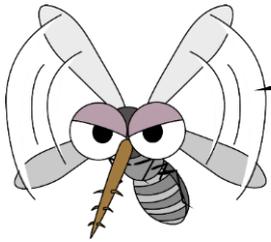
【6月の健康診断】

20日(月)
21日(火)
23日(木)

1年生内科検診

学校医：遠藤芳広先生（遠藤クリニック）

*「視力検査」「聴力検査」「1年生耳鼻科検診」「全学年歯科検診」「2・3年生内科検診」の結果、所見が見られた人にはお知らせをお配りしております。早めに医療機関へ受診されることをお勧めいたします。



虫刺されにご注意！

ジカウイルス感染症・デング熱対策として、虫よけの使用や外掃除時のジャージの着用を呼びかけていきます。お家の人と相談して、必要だと思う場合は準備をしましょう。

蚊に刺されない6つの工夫

①長袖・長ズボンを着る

*びたっとしたものだとな刺される

③服は暗い色より明るい色を着る

⑤虫よけグッズの活用

②素足・サンダルではなく『靴下・靴』を履く

④できるだけ蚊の駆除を心がける

⑥発生源を断つ

*バケツや植木鉢に溜まった水をなくす。

保健委員会より

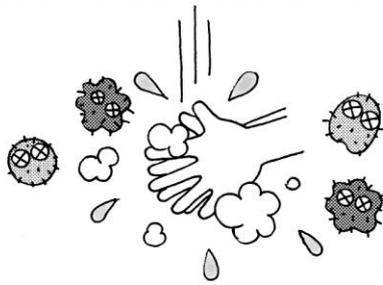
6月になり天候がぐずぐずしやすい季節が近づいてきました。雨が降る日は着がえやタオルを持ってきて雨でぬれたままにならないように着えましょう。また、水道の虫它口が上向きになっているのを見かけたら下向きになおしてください。上向きのままだと水がたまり衛生的によくないからです。

ご協力おねがいします。



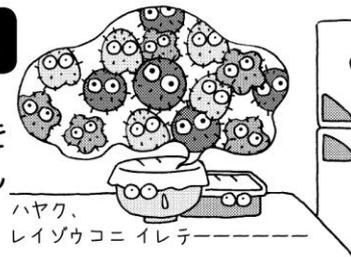
つけない

手の雑菌、調理や食事の前に洗い流そう。



増やさない

食品・食材を長時間放置しない。



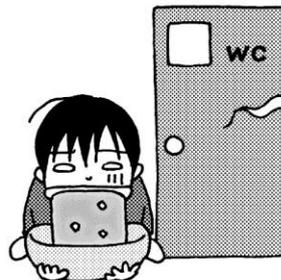
ハヤク、レイゾウコニイレテ

食中毒予防の3原則

食中毒かな? と思ったら...

やっつける

原因菌のほとんどは熱で死滅! 食材は加熱しよう。

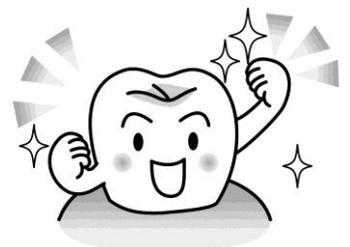


むやみに市販の薬で症状をおさえないで早めに受診しよう。

6024運動の標語の一部を紹介します

☆保健委員会で募集をしました☆

- | | | | |
|------|--------|----------|------------------|
| 1-1 | 「まだ若い | 入れ歯は無用 | 輝く歯」 |
| 1-9 | 「還暦の | 顎を支える | にじゅうしほん
二十四本」 |
| 1-9 | 「強い歯で | 歯から健康 | 噛みしめて」 |
| 2-2 | 「朝昼晩 | 毎日みがけば | 丈夫な歯」 |
| 2-7 | 「人生を | この歯と歩もう | これからも」 |
| 2-8 | 「歯とともに | 第2の人生 | 歩み出そう」 |
| 3-2 | 「口の中 | 満員電車で | 嬉しいな」 |
| 3-6 | 「若者に | 年は負けても | 歯は負けぬ」 |
| 3-10 | 「きれいな歯 | 死ぬまでつれそう | パートナー」 |



ご協力ありがとうございました