



令和7年6月
流山市立おおぐろの森中学校
保健室

6月は、蒸し暑い日や梅雨寒の日があり、気温差が激しくなります。いつも以上に体調管理には気をつけましょう。また、じめじめした季節は、食中毒にも要注意！食事の前には、念入りにせっけんで手洗いをしましょう。



6月の健康診断について



実施日	検診	対象	備考
6月 3日 (火)	尿検査一次 予備日(最終)	前回 未提出者	8:30までに各自で保健室へ提出して ください。 ※回収最終日です
	心電図検査	1年	11:20～美術室2で実施予定です。 服装 男子：上…半袖Tシャツ 下…ハーフパンツ 女子：上…長袖ジャージ 下…ハーフパンツ
6月16日 (月)	内科検診 (女子)	女子 男子欠席者	服装 上…長袖ジャージ 下…ハーフパンツまたは長ジャージ プライバシーを考慮し、一人ずつパーテ ーションの中に入り、検診を実施します。

保護者の方へ 健康診断結果を配付しています

定期健康診断の結果を隨時、配付しています。所見があった場合のみ配付し、異常なしの場合は配付していませんので、ご承知おきください。保護者の方のご都合や、生徒の部活や習い事などで、お時間のない中だとは思いますが、早めの受診をお願いいたします。

受診後は、受診報告書の提出をお願いいたします。



健歯代表生徒が決まりました

5月15日（木）歯科検診の際、3年生から男女1名ずつ「健歯代表生徒」を選出しました。健歯代表生徒とは、むし歯がないことはもちろん、歯肉の状態がよく、歯並びもきれいな生徒が選ばれます。



おめでとうございます！

3-1 安保さん

3-6 塚田さん



小さいころからの積み重ねがあってこそ受賞です。これからもきれいな歯を守っていってくださいね。おめでとうございます！

「寝る前に歯みがきをしましょう」どうして“寝る前”なの？

理由は、むし歯が進行しやすいのが寝ている間だから。むし歯の原因となるむし歯菌は、口の中の食べカスや糖分（お菓子に入っている砂糖など）をエネルギーにしてむし歯を作ります。

昼間なら、だ液が食べカスや糖分を洗い流してむし歯菌が活動しにくいようにしてくれます。でも、寝ている間はだ液が減るため、寝る前に歯をみがいてないと食べカスや糖分が口の中に残ったままになり、むし歯が進行してしまうのです。

—— 毎日、寝る前の歯みがきを忘れないでくださいね

食中毒に注意しましょう！



お弁当・飲みかけの飲
み物の常温放置はNG！



食材をよく加熱
しましょう！



料理・食事の前は
しっかりと手洗いを！

食中毒の菌はココに潜んでます

気づかれないケースも多いですが、食中毒は家庭でも発生しています。

キッチンで注意したいのはココ

肉や魚などの食材のほか、食器洗い用のスポンジや、シンク、まな板、ふきんは食中毒の原因になる菌が付着しやすいと言われています。

手洗いにも注意

菌がついた手で調理したりあちこち触れたりすれば、菌を広げてしまいます。手洗いもしっかり。

加熱でやっつける

ついてしまっても中心まで十分に加熱すれば、多くは殺菌できます。

