



令和7年5月7日(水) 岩城中学校 保健室

5月の予定

- 5/13(火) 13:30~ 眼科健康診断(全校)
- 5/15(木) 朝提出 尿検査①(全校)
- 5/21(水) 8:45~ 血液検査(2年生)
- 5/28(水) 朝提出 尿検査②(対象者)
- 5/29(木) 13:45~ 歯科健康診断(全校)

疲れが出ていませんか？

令和7年度もあっという間に1ヶ月経ちました。そろそろ疲れも出てくるころです。“頑張るとき”と“休むとき”のバランスを取って、今月も元気に過ごしましょう。

今月は左記のとおり健康診断が予定されています。各健診の詳細については、対象生徒にほけんだより〈臨時号〉でお知らせします。事前の連絡をしっかりと聞いて、スムーズに健診を受けられるようにしましょう。

歯磨きチェック・清潔チェックを実施します！

保体委員会の活動として、月1回程度、歯磨きチェック・清潔チェックを実施します。実施の内容は右表のとおりです。チェック項目については、チェックする日だけでなく、普段から意識して生活してほしいと思います。

歯磨きチェックは、「いい歯」にちなんで毎月18日頃、清潔チェックは委員会で決めた日に実施します。

***5月の歯磨きチェックは5月20日(火)に実施します。**

	歯磨きチェック	清潔チェック
いつ	給食後	朝の会
なにを	① 歯磨きを <u>丁寧に</u> 実施しているか	① ハンカチ・ティッシュを持ってきているか ② 爪は適切な長さか

フッ化物洗口について

4月に希望調査をとったフッ化物洗口を、**5月29日(木)**から開始します。毎朝、黙想後に実施しますので、保体委員の係の人は準備をお願いします。

尚、今回実施を希望しなかった場合でも、途中から実施を開始することができます。反対に、途中で実施をやめることもできます。何かありましたら、養護教諭まで連絡ください。



怪我に注意しよう

屋外での活動が増え、運動会等の体育的行事がある5月は、怪我が増えやすい時期です。また、新学期から1ヶ月たち、学校生活にも慣れてきたことで、事故(衝突、転倒)も起きやすいです。

運動前は入念なストレッチをし、けがの予防に努めましょう。また、時間に余裕をもつことや交通ルールを守った生活を意識しましょう。

