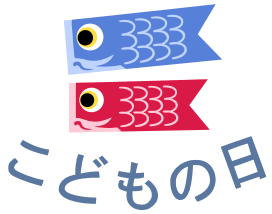
保健便り

No.2
R７．５．２
西目中学校保健室



新年度がスタートし１ヶ月が過ぎました。暖かい日もあれば、急に寒くなったりと天気が不安定なため体調を崩しやすいときでもあります。朝夕の寒さに備えて登下校時の服装も調節が必要です。

歯磨き指導が始まります

5／7（水）	2A 男子
5／8（木）	2A 女子
5／14（水）	2B 男子
5／15（木）	2B 女子
5／22（木）	1年 男子
5／23（金）	1年 女子
5／28（水）	3A 男子
5／29（木）	3A 女子
6／5（木）	3B 男子
6／12（木）	3B 女子

６月１９日（木）の歯科健康診断前に歯科衛生士の＊＊＊＊さんに歯磨き指導をお願いしています。
染め出しをして、普段磨き残しているところを確認し、適切な歯磨き習慣を身につけるために行います。

場　所：調理室
準備物：歯ブラシ・コップ・歯磨き粉（普段、給食後の歯磨きで使用している物があれば）

フッ化物洗口が始まります

５月９日（金）より、行事で実施できない時を除いて毎週金曜日の朝にフッ化物洗口を行います。４月に希望調査を提出している生徒のみの実施です。

フッ化物洗口の手順

①登校後、教室で自分の歯磨きコップに洗口液を入れる（２プッシュ）
②洗口液を口に含み１分間ぶくぶくうがいをする（口の中全体に行き渡らせる）
③洗口液をコップに吐き出す
④コップに吐き出された洗口液を流しに捨てる
＊洗口後３０分は、うがいや水分を取りません（洗口液の定着のため）

学校医の先生の紹介

学校医　＊　＊　＊　＊　先生（きくち医院）
学校歯科医　＊　＊　＊＊＊　先生（あいば歯科クリニック）
学校耳鼻科医　＊　＊　＊　＊　先生（浅野耳鼻いんこう科医院）
学校薬剤師　＊＊＊　＊　先生（長谷川薬局）

カウンセラー来校日のお知らせ

今年度もスクールカウンセラーの　＊＊＊＊　先生が来校します。
カウンセリングを希望される方は、お近くの職員までお声がけください。
生徒だけでなく保護者の方も利用できます。

５月１５日（木）、２９日（木）
６月　５日（木）、１９日（木）、２７日（金）
７月１０日（木）
＊時間は１２：３０～１７：３０まで
（６月２７日のみ１３：００～１６：００まで）