

ほけん 保健だより

6月号



岩国市立本郷小中学校
令和2年6月12日
保健室

いよいよ山口県も梅雨入りが発表されました。外での活動が出来なくなりますが、雨の日だから出来ることもあります。室内での過ごし方を考えて、ジメジメに負けず元気に過ごしていきましょう！！

は くち けんこう かんが 歯と口の健康について考えよう

6月の体重測定の際に「歯だけでなく、歯ぐきの健康についても考えてね。」とお話をしましたね。食べ物を食べた後は、できるだけ早く歯みがきをしましょう。口の中の健康をたもつために《だ液（つば）》が、すごいはたらきをしてくれています！！知っていましたか？

えき ちから だ液のすごい力！



だ液には、食べ物をまとめて飲み込みやすくするだけでなく、口の中をきれいに保つ力があります。そしてむし歯の原因であるむし歯菌は、だ液に弱いのです。

だ液は、どんなときに出てくると思いますか？すっぱいものを食べたときを想像するとだ液が出てきますが、「食べ物をかむ」ことでもたくさん出てきます。

けんこう しん だん し 健康診断のお知らせ

えんき けんこうしんだん ひ
延期になっていた健康診断の日がちがまりましたので、お知らせします。

- | | | | |
|------------------|------------------|------------|--|
| ・6月16日(火) 13:15~ | ないかけんしん
内科健診 | 1~5年 | |
| ・6月17日(水) 13:30~ | じびかけんしん
耳鼻科健診 | 1・3・5・7・9年 | |
| ・6月18日(木) 14:40~ | がんかけんしん
眼科健診 | 1~9年 | |
| ・6月19日(金) 13:15~ | ないかけんしん
内科健診 | 6年 | |
| ・6月26日(金) 13:15~ | ないかけんしん
内科健診 | 7~9年 | |
| ・7月2日(木) 13:45~ | しかけんしん
歯科健診 | 1~9年 | |

間もなくプール学習が始まります。水泳は思いのほか体力を使います。次のことに気を付けて、楽しく安全に学習しましょう。確認したら、□に○を付けましょう。

水泳前
十分なすいみんをとる
準備体そつをする

水泳後
シャワーを浴びて
タオルでよくふく
水分補給をする

水泳中
走ったり、勝手に飛び込んだりしない
体調が悪かったら先生に伝える

がっこうほけんあんぜんいいんかい かいさい
学校保健安全委員会を開催します！！

6月19日（金）11：30～（4校時）に、学校保健安全委員会を開催します。
今年度は、保健に関することをテーマに取り上げました。参観授業の後、ぜひご参加ください。よろしくお願いいたします。

テーマ 「新型コロナウイルスについて」
講師 本郷診療所 西村 謙祐 学校医
参加者 6～9年生、教職員、保護者、地域の方
場所 体育館

保護者のみなさまへ

引き続きの朝の体温チェックをありがとうございます。おかげさまで、子どもたちは欠席や体調不良なく元気に過ごしています。

さて、表面に記載していますが、延期になっていた健康診断を実施することが出来るようになりました。各学校医と衛生面を相談しながら三密を避けて実施していきます。また、プライバシーにも十分配慮します。何かご不明な点がありましたら、担任または養護教諭へお尋ねください。