

6月のほけんだより

令和4年6月8日
中野区立中野東中学校
校長 久保田 啓介
養護教諭 白石 紗規

2日間に分けての体育祭、お疲れ様でした。今年も感染症対策を行いながらの開催となりましたが、どのクラス・学年も真剣に取り組む姿はとっても素晴らしかったです。それぞれ悔しい思いや達成感など、様々だと思いますが少しでも自信につなげていけたらと思います。

1週間後は中間試験があります。適宜リフレッシュできる時間を作りながら心身共に疲れをためないようにし、気持ちを切り替えて頑張りましょう！

～6月 健康診断日程～

○23日 歯科検診 全学年
※朝、しっかり歯みがきをして来ましょう！



○保護者の皆様へお願い

次々と健康診断が終わり、欠席生徒や初見がみられた生徒にはお知らせをお渡ししています。お子さんが健康に学校生活を送るために疾病をスクリーニングし、健康状態を把握するために行っているものです。

お知らせが届きましたら、早めに医療機関への受診をお願いいたします。

○学校生活におけるマスクの着用について

マスクの着用に伴い熱中症リスクが高まること、また新型コロナウイルスが収まりつつある状況であることから、人との距離(2m以上を目安)が確保できる場合においては、マスクを着用する必要はありません。詳しくは、裏面「子どものマスク着用について」～文部科学省、厚生労働省より～をご参照ください。


6月の保健目標：「歯の健康を考えよう」


6月4日～10日は歯と口の健康週間です。みなさんが毎日行っている歯みがきはしっかり汚れを落とせているでしょうか。今月は歯科検診もあります。みがき残しや虫歯がないように、今日から意識して歯みがきを丁寧にしてみましょう。

委員会のコーナーとは・・・保健給食委員会の生徒が毎月保健目標に合わせて書いてくれます。楽しみにしててください！

🌸委員会コーナー🌸

今月の目標：「歯の健康を考えよう」

健康な人の口の中には何個くらいの細菌が住んでいると思いますか？ 答えはなんと... 2000億個だそうです。 それらの細菌が、歯についた食べかすを餌にし、歯垢となります。

そうならないために...  これが虫歯の原因です！

- 食事はしっかりとかむこと！
- 歯磨きは優しくていねいに！



一生に一度しかない永久歯を大切にしましょう！