



### けんこうしんだん しゅうりょう 健康診断が終了しました

4月から行っていた健康診断が終わりました。結果は確認できたでしょうか。くわしい検査や治療が必要な人は早めに病院へ行きましょう。検査の結果をくわしく知りたい時や気になることがある時は保健室に聞きにきてくださいね。




むし歯の治療が必要な人

**162**人

歯科検診でむし歯の治療が必要な人は162人でした。6/28現在、すでに治療が終わった人が54人です。むし歯は放っておいてもなおりません。早めに治療しましょう。そして、ていねいな歯みがきで歯と口の健康を守りましょう！

### ねっちゅうしょう よぼう 熱中症は予防できる

熱中症は、体温の調整がうまくできず、体に熱がこもっている状態です。命をうばう危険があります。自分でできる予防をおこなって、健康にすごしましょう。

30分に1回は日かげで休けいしよう  
体温を下げるができます。



こまめな水分補給をしよう  
のどがかわいていなくても、飲みましょう



服装に気を付けよう  
うす着で風通しのよいものを着ましょう。ぼうしを必ずかぶりましょう。



服装とおなじようにマスクにも気をつけましょう。せきやくしやみが出る時以外はず外すことも健康管理です！



### 健康ビンゴ、やりぬくことはできましたか？

健康ビンゴの参加ありがとうございました。

「ビンゴを意識して生活していました」「たくさん〇がつくようにがんばっていました」というコメントが多くありました！心と体がもっと健康で、元気にすごせるようにぜひ続けてくださいね。