



咳などの症状の人が増えています



咳の症状の人が増えていますので、換気や咳が出る人の咳エチケット(マスク着用など)、こまめな手洗いを行っています。受診して加療しながら登校している人がほとんどですが、まだ受診していない人は受診をお勧めします。
早く体調がよくなりますように☆



保健室利用時のお願い

先週の集団宿泊教室、今週の修学旅行で保健室を不在にする日が多くあります。
保健室利用時は、来室カードに必ず記入してください。

また、保健室のガーゼハンカチや貸し出しハンカチが10枚以上返却されていません。ハンカチや保冷剤を包むガーゼハンカチを使用した時は「貸し出しカード」に記入しましょう。

そして下校前には必ず返却ボックスに入れて帰りましょう。



寝る前の歯みがき

クイズ

むし歯や歯周病が最も進行するのはいつ？

- ① 食後
- ② 昼間
- ③ 寝ている時

答えは③。日中は殺菌作用のあるだ液が、むし歯や歯周病の原因となる細菌の活動を抑えてくれています。ところが、寝ている時はだ液の分泌量が減るため、細菌が活動しやすい状態になるのです。



寝る前の歯みがきで食べカスをしっかり取ったり、歯垢(細菌のかたまり)を除去すれば、細菌が活動できなくなり、むし歯や歯周病の進行を防げます。ぜひ毎日の習慣にしましょう。



大切なワケ

6月26日（月）心臓検診があります

対象: 1年生・4年生

場所: パソコン室

時間: 2時間目～3時間目

持ってくるもの: 体育服

ポイント

そのまま
しずかに待ちます



痛くもないし、ビリビリもしません。
こわくないので、リラックスして受けましょう

ほかの人の検査中も
しずかに待ちましょう

* 気をつけること *

- ① 前日は入浴します。
- ② 検査前は静かに教室で過ごします。
- ③ 体育服に着替えて、パソコン室に男女別に入ります。
- ④ 上半身は裸になり靴下を脱ぎ検査を受けます。
- ⑤ マットの上にあおむけに寝ます。力を抜き楽にします。
- ⑥ 検査が終わったら静かに服を着て、教室に戻ります。

* 他の学年のみなさんへ *

2・3時間目はパソコン室周囲・学習センター周囲は
走り回ったり声を出したりせず、静かに通ってください。

6月29日（木）耳鼻科検診があります

対象: 1年生・4年生、昨年耳鼻科検診を受けていない人（個別にお知らせします）

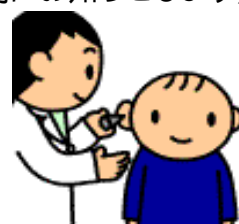
場所: 保健室

時間: 15時15分～16時00分

気をつけること

- ① 鼻水が出る人は鼻をかんでおきます。
- ② 耳が見えるように髪を結んでおきます。
- ③ 名前を呼ばれたら、上靴マークに合わせて左を向いて立ちます。

右耳 → 左耳 → 鼻 → のどの順番です。



～おうちの方へ～ 尿検査の結果について

6月7日（水）に2次検査予備提出が完了しました。結果が届くまでもう少し時間がかかりますので、今しばらくお待ちください。