

6月 保健便りけんこう

平成26年6月6日(金)
熊谷市立玉井中学校
保健室

6月の保健目標 歯みがきを習慣化させよう



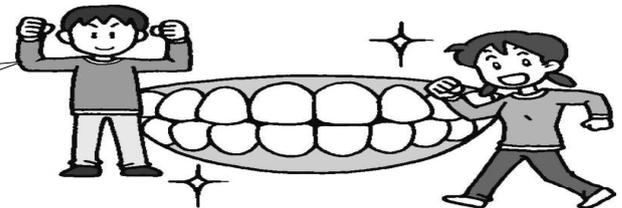
学校教育目標
「志を高く、夢を大きく、
日々努力する生徒を育てる」

真夏のような暑い日があったり、涼しい日があったり天候や気温の変化が大きく、体調をくずしやすい季節ですね。

1・3年生はいよいよ林間学校や修学旅行です。健康管理には十分気をつけて、元気に行って来ましょう。



玉井中学校
歯の衛生週間
6月12日(木)
～6月20日(金)



「歯」のこと、考えてみよう！

みなさんは、自分の歯、つまり自分の体を大切にしていますか？
普段はそれほど意識することのない「歯」。でも、むし歯や歯周病、けがなどで歯を失ってしまったら、咀嚼にも発音にもそして美貌にも大きな影響がでてくるのです。
バランスの良い栄養を摂っていますか？カルシウムを意識して摂っていますか？
ていねいな歯みがきが習慣になっていますか？給食後、歯みがきをしていますか？
歯が健康できれいな人ってすてきですね。



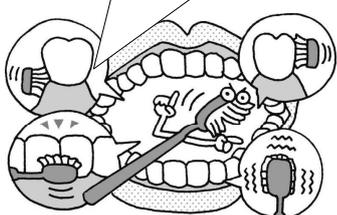
歯・口の健康に関する標語作成

全員に作成してもらいます。幅広い観点からのユニークな作品を期待しています。
1クラスに1人、賞状を授与します。
5・7・5の形式で作ってください。

歯みがきテスト

毎年恒例のカラーテスターによる歯みがきテストをします。実施する日は、決まり次第お知らせします。歯ブラシ・鏡を持参します。

標語・ポスターメ
6月18日(水)です



歯・口の健康に関する ポスター作成

美術部のみなさんががんばって取り組んでいます。楽しみです！



～歯科健康診断結果～ 5月15日（木）実施



	H26年度	H25年度	H24年度
健康診断を受けた人	416人	413人	432人
むし歯（永久歯）があった人	164人 (39%)	181人 (44%)	229人 (53%)
むし歯（永久歯）の本数	494本	545本	695本
1人あたりのむし歯（永久歯）の本数	1.2本	1.3本	1.6本

玉井中は毎年むし歯が多いです。😞でも、年々減少傾向にあります。😊きちんと治療した人の割合も年々増えています。😊

6月2日（月）に、全員に結果をお知らせしました。要治療の人は、早めに歯医者への予約を取り診てもらいましょう。

情報！

熊谷市では、本年度9月より、まずは小学校において「フッ化物洗口」が始まります。

～暑さに負けるな中学生事業～ 熱中症予防講習（2年生対象）

平成26年5月30（金）

熊谷市では「暑さ対策日本一」を目指して、市民の健康を守るため様々な取り組みが行われています。熱中症予防講習もそのうちの一つです。熱中症の発生を予防し、適切な処置を行うことのできる中学生の育成を目的としています。講習に引き続き、胸骨圧迫とAEDの実習も行いました。



【熱中症予防】

①体調管理

- ★朝ごはん、給食をしっかり食べる
- ★睡眠を十分にとる
- ★こまめに休憩、水分補給
- ★日陰を利用 ※無理はしないこと

②環境を整える

- ★風通しの良い、吸湿性のある服や肌着
- ★帽子、日傘

③水分補給

- ★のどが渇かなくても、こまめに水分補給



指導者 熊谷市消防本部警防課

主任兼救急係長 沼上政幸 様

胸骨圧迫をする生徒達



