

6

月

保健だより

令和8年6月
調布市立神代中学校
保健室

梅雨時の安全対策



雨の多い梅雨の季節に入ります。湿気で校舎内の床が滑りやすくなるため、廊下や階段の歩行は気を付けて生活していきましょう。くれぐれも廊下を走ったりしてケガをするようなことがないように注意してください。自転車通学の生徒は、雨の日の傘さし運転は禁止です。レインウェアを着用しての運転は、前方が見えにくかったり、足元が滑りやすくなったりするため、より注意してください。

歯と口は“体の入り口”

歯と口は、私達が食べものを摂取するための言わば“入り口”です。食べ物を食べて私たちの体は栄養を摂取し、生きていくこととなりますが、その口の中が細菌でいっぱいだったら。。。口は、栄養の入り口でもあり、細菌の入り口でもあります。この細菌が血液や気道を通じて全身に広がることで、様々な病気のリスクを高めてしまうのです。実は、口腔内と全身の病気はとても関係があるのです。

歯みがきをして口腔内をきれいにしておくこと、全身へ細菌が侵入していくのを防ぐことができます。いつもの歯みがきを少し丁寧に行ってみましょう。少しの意識でぐんと口の中が清潔になりますよ。

歯の健康に関心を持とう

6月保健目標

歯みがきヒーロー参上!

得意技：歯みがき!!



歯をけがしたら、、、

転倒などで歯が欠けてしまったり、スポーツのケガで歯が抜けてしまったりすることがあります。実は、脱落した歯は、うまくいけば再び戻すことができる可能性があるため、守ってほしいことがあります。

折れた歯や抜けてしまった歯は、
すぐに捜してください。



歯の根元の部分を持たないで!

折れた歯や抜けてしまった歯は、
保存液や牛乳に入れる。

保健室に保存液があります!



なるべく早くかかりつけの歯医者
へ行きましょう



できれば
30分以内に!

保護者の方へ

尿検査(一次)の提出について

何らかの理由で、学校提出が一度もできなかった人は、6月末までに次の会場に検体を持参いただくと、検査可能です。6月上旬に案内プリントを発行しますので、しばらくお待ちください。

会場：保健会館 2階健診センター (平日) 9:30~11:00
東京都新宿区市谷砂土原町1-2

