

ほけんだより 7月



松橋西支援学校
高等部 上益城分教室
保健室 久野

熊本県内でも甲佐地区は、暑い地区です。6月に、すでに30℃を超える日もありました。また、今年は、企業でも熱中症対策が義務化されました。分教室も、毎日、熱中症警戒アラートや WBGT をチェックして、活動について検討し、内容の変更、室温の調整、水分補給、休憩を取り入れる等、安心安全な環境を整えています。また、今年度も、上益城消防隊の方を講師とした職員の救急法研修も実施しています。気温も湿度も高く、体調を整えることが難しい時期です。販売会後は、いよいよ夏休みです。「早寝・早起き・朝ご飯」！免疫力を高め、2学期へのエネルギーをチャージしましょう！

～夏野菜＋タンパク質→夏バテ防止！～

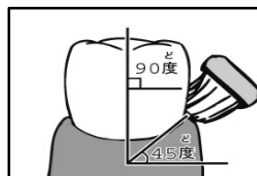
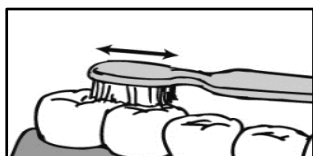


夏野菜は
ビタミンやミネラルが豊富！
水分補給の役割もあります！



タンパク質は、
疲れをとってくれます！

<歯と口の健康週間>

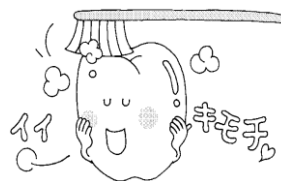


6月4日（水）から6月10日（火）までは、「**歯と口の健康週間**」でした。

分教室では、実習明けに保健室から各教室に、ちょっとおじゃましました。歯を失う原因のトップが「**歯周病**」であり、分教室も「**歯肉炎**」の生徒がいることから、今回は、**歯周病予防に効果的な歯みがきの仕方**を中心に模型を使ってお話ししました。

期間中は、全員、歯みがきチェック表に自分が頑張りたい磨き方を「45度の角度」「**奥歯のみぞ**」から選んで、チェックして毎日、保健室に提出できました。

期間が終了しても、「チェック表を使う！」とチェックを続けている生徒もいて、健康な歯を保つ歯みがきの習慣が生涯の健康につながっていくはずです！



清潔な生活をして、素敵な社会人を目指そう！（6月2日～9日）

現場実習で清潔な生活をして素敵な社会人に一歩近づいた生徒会の会長と副会長が、全校生徒のハンカチとつめのチェックをしました。一週間 OK だった生徒たちには、生徒会から表彰状が渡されました！



つめのチェック中！
「きれいに切っていますね！」



現場実習の経験が
いかされていて、
素晴らしいです！

落雷事故再発防止の学習

命を守る！

救急法研修



木の下は危ないんだ！

雷ナウキャストチェック中！
雨雲はどこにあるかな？



保護者の皆様へ

○夏休み前に「健康診断結果」を配付いたします。この記録は4～6月にかけて行われた健康診断全ての結果です。

何らかの所見が見られた生徒には、「治療勧告書（お知らせ）」を渡しています。夏季休業中に専門医への受診をお勧めします。治療勧告書は、専門医に提出され、結果を新学期に学校へ御提出ください。（入院等が必要な場合は、早急に学校に御連絡ください。）

※特にむし歯や歯肉炎の場合は、治療が長くかかることが多いため、早めの受診をお願いします。

また、お尋ね、御相談等ありましたら、遠慮なく、保健室に御連絡ください！

