

令和 6 年 9 月 6 日
府中市立府中第二中学校
校 長 成清 敏治
養護教諭 千葉 千里



2学期が始まりました。2学期も合唱コンクールなど様々な活動があります。生活のリズムが崩れてしまっている人は戻し、心身共に元気に過ごせるようにしましょう。

2学期の健康診断

日にち	検診項目	対象学年	持ち物
10月15日(火)	脊柱側弯検診	2年生、1, 3年生対象者	体育着登校 女子は着替えを入れる袋

日にちが近くなったらクラスルームに配信します。(1, 3年生該当者は紙で渡します)また、このお便りとは別に保護者の方にも通知しています。一緒に読み、準備をしましょう。

既に定期健診などを受けているなどで検査を希望しない場合は保護者の方にそのことを生徒手帳に書いてもらい保健室へ持ってきてください。

夏休み中の学校管理下でのけががあった場合について

夏休み中に部活動やその登下校中などでけがをした場合、保健室まで連絡に来てください。スポーツ振興センターの案内をします。

～災害時の歯、口腔ケアについて～

夏休みも地震、大雨、雷などがありました。災害に合わないことが一番ですが、もし遭ってしまったときの備えは大切です。今回は災害時の歯、口のケアを紹介します。歯、口のケアをすることにより、むし歯や歯肉炎だけでなく、感冒、インフルエンザなどの予防にもつながります。

歯ブラシがない場合 →ペーパータオルやガーゼ、ティッシュペーパーなどで歯の表面をこすります。

水やお茶でぶくぶくうがいをしましょう。

歯ブラシがある場合 →歯ブラシを少しの水で濡らし、磨きましょう。

一度少ない水で歯磨きをする練習をするといいですよ。

洗口剤がある場合(マウスウォッシュ)→少しずつ含んでうがいを繰り返します。

日本学校歯科医会児童生徒への指導について歯・口のケアより引用

イラスト 東山書房健康教室より引用