

保健だより 9月号

大津中学校保健室
文責:森
2023.9.12



みなさん、期末テストお疲れ様でした。できた!という人もいれば、難しかった...と感じている人もいないではないでしょうか。大事なのは気持ちを切り替えること。まだまだこれからです。苦手なところはコツコツ積み重ねていきましょう。

夏休み中に規則正しい生活ができていなかった人は、朝起きるのがきつかったり、体がだるかったりしたかもしれませんね。早寝・早起き・朝ごはんを習慣化できると、身体と心が整いやすくなります。続けることが大切です。



フッ化物洗口始まっています

フッ化物洗口の効果

- ① 歯のカルシウム結合が強化され、むし歯への抵抗が高まる
- ② 歯の修復を促進し強い歯へ
- ③ むし歯菌の増殖を防ぐ



2023大津中むし歯状況



むし歯のある人
15 人

治療が終わったら、夏休み前に配った治療結果の用紙を保健室まで提出をお願いします。

◀ 歯科衛生士 山根さんのクラス巡回指導も実施予定。写真は昨年度の歯科指導の様子。



保健委員会活動

ペットボトルキャップ 回収中!! (12月末まで)



POINT★
・しょうゆなどの調味料のふたは対象外。
・キャップは軽く水で流して入れてください。

昨年度も行ったペットボトルキャップ回収。今年も実施します!
集まったキャップは、貧しい国々の子ども達へ、ワクチン代として寄付されます。
みなさん、ご協力お願いします。🌸
回収場所: 生徒玄関正面の青いポリバケツ

CO2モニター各クラスへ

夏休みに入ってから新型コロナウイルス第9波が落ち着いたとはいえ、大津中でもインフルエンザや新型コロナウイルス感染症がみられています。

このCO2モニターは、換気が充分できているか数値で確認することができる優れたもの。みなさん、ぜひ自分のクラスの数値をチェックしてみてください。CO2濃度が上がったなら、教室の換気をするなどの目安に活用してください。



1200ppm以上で換気不十分
PiPi
ピピッと音が鳴り教えてくれます。

10月カウンセラー来校日

佐藤先生 9:00-16:00
9/19(火)、10/3(火)、/26(木)

向野先生 9:30-12:30
10/13(金)、27(金)

向野先生 9:00-16:00
9/15(金)、9/21(木)、10/5(木)、19(木)

※予約制(ご家族の方も相談可能)
希望される方は保健室までご連絡ください。(TEL:293-4360)

プレハブの保健室紹介



職員室よりさらに左に進んだ一番奥にあります。今までの保健室に比べベッド数が3つに減り、座るスペースが少なくなりました。利用するときには思いやりの心で、みんなのご協力をよろしくお願いいたします。