

6月に入りました。どの部活も大会に向けて、練習に熱が入ってきましたね！1年生の人も、中学校生活にだんだんと慣れてきた時期だと思います。これからの季節は、梅雨に入り、むし暑い日があったり、肌寒い日があったりと、気温の差が激しい季節になります。上手に衣服の調節をして、体調を崩さないように心がけましょう。

《6月の保健行事》

日にち	学年	内容
2日(火)(3日(水))	全学年	尿検査
3日(水)	1年生・2年生前半	眼科検診
4日(木)	1年生	歯科検診
11日(木)	2年生	歯科検診
18日(木)	3年生	歯科検診
19日(金)	2年生後半・3年生	眼科検診
26日(金)	夏の大会出場選手	運動選手検診

※ 尿検査の二次検査については対象の人にのみお知らせを渡します。対象者の人は、19日(金)の朝8:40までに自分で保健室へ持ってきてください。

6月の目標↑

自分の歯に関心をもとう

〇〇＊〇〇〇＊〇〇〇＊〇〇＊〇〇〇＊〇〇〇＊〇〇〇＊〇〇〇

今月の保健目標は、「自分の歯に関心をもとう」です。それにちなんで、5月に、皆さんには歯のミニクイズに答えてもらいました。その答えを発表していきます。

《歯のミニクイズ》

- | | |
|-----------------------------------|-----------------------|
| ① 「エナメル質は体の中で一番、〇〇です」〇〇に当てはまる言葉は？ | 答：硬い |
| ② 一日に出る唾液の量はどのくらいでしょう？ | 答：ペットボトル1本分 |
| ③ 「親知らず」は英語で何と言うでしょう？ | 答：Wisdom tooth (知恵の歯) |
| ④ けがで抜けてしまった歯を入れておくと良いのはどれでしょう？ | 答：牛乳 |
| ⑤ 歯の寿命が一番長いのはどの歯でしょう？ | 答：下の犬歯 |

問題番号	正答率	問題番号	正答率
①	52.2%	④	37.5%
②	57.0%	⑤	19.3%
③	35.9%		

正答率は左の通りです。
特に、第⑤問は、19%しか
正解した人がいませんでした。
正解した人、すごい！！





みなさん、全問正解できましたか？知っておくと、もしかしたらこれからの生活に役立つかもしれません。自分の歯に関心をもって、いつまでも健康的な歯で過ごせるようにしましょう！



～6月2日(火)の尿検査について～

6月2日(火)(予備日は3日(水))に尿検査があります。みなさんの体の様子を知るための大切な検査です。下に書いてあることをしっかりと読んで、検査を受けましょう。

1. 尿検査の目的

みなさんの尿の中に、タンパク質・糖・血液が混ざっていないか調べます。

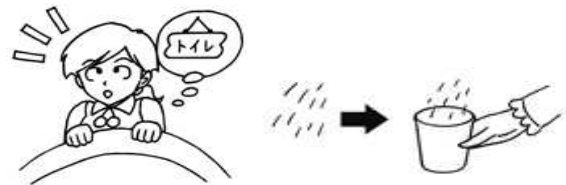
2. 尿の取り方

① 尿をとる前の日の夜、寝る前にトイレにいったおきます。



② 朝起きたら、まずトイレに行き、はじめに少しおしっこを出します。

※尿道にたまっている尿を出すため。



③ 残りの尿を紙コップにとり、紙コップにとった尿をプラスチックの容器に吸い上げます。



④ プラスチック容器のふたをしっかりと閉めて、紙袋に入れます。紙袋は、必ず点線で折り曲げてください。



3. 注意すること

- 尿はとったその日のうちに検査しないと、正しい結果が出ません。当日、忘れずに必ず学校へ持ってきてください。
- 提出する時は、家から入れてきたビニール袋などからは出して、提出してください。
- 体調が悪い人や今回出せない人は、**6月19日(金)**の二次検査の日に出してください。容器や袋はそのまま各自で保管してください。

けんこうしんだん ちりょう し ひと 健康診断で治療のお知らせをもらった人は



4月から行っていた健康診断も、残りわずかとなりました。受診のお知らせは、随時配布しています。みなさんの普段の生活に関わる、とても大切なお知らせです。毎日、元気に過ごすために、受診のお知らせをもらった人はなるべく早く受診して、学校に結果を知らせてください。

