

## ほけんだより 6月号

生徒のみなさん、現場実習おつかれさまでした。実習を経て、一人一人が成長できたのではないでしょうか。

さて、アジサイが色づく季節になりました。気温も湿度も高くなる時期です。熱中症や肌のトラブルに気をつけて、元気に学校生活を送りましょう。



保健室前に、  
まいにちけいじ

毎日掲示します。

着替えやタオルの枚数、  
水分補給の回数を増やす  
など熱中症対策をしまし  
ょう。

熱中症の危険度を示す数値を

暑さ指数(WBGT)といいま



6月11日からWBGTを測定しています。1日2回(午前9時、午後1時頃)測定していますので  
まいにち毎日、チェックしましょう。

重要!



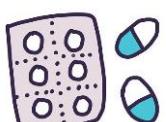
寄宿舎生のピルケースを使用した薬の提出について

ピルケースを  
配布します。

5月2日PTA総会後に寄宿舎生の保護者のみなさまに御案内いたしました、ピルケースを使用した薬の提出について、開始日が決定いたしましたのでお知らせします。

かいしひ  
開始日

れいわ ねん がつ にち げつ  
令和7年6月16日(月)



\*13日にお子さまをおいてピルケースを配布します。1週間分の薬をピルケースに御準備  
いただき御提出ください。

さいけんさ し う と ひと  
再検査のお知らせを受け取った人は、

びょういんじゅしん ねが  
病院受診をお願いいたします。

5月14日(水)の内科検診を最後に今年度の健康診断が終了しました。

さいけんさ けんさ ばあい ほけんしつ さいけんさ し はいふ  
再検査となった検査がある場合は、保健室から再検査のお知らせが配布されます。

びょういん じゅしんご けっか ようし きにゅう ほけんしつ ていしゅつ  
病院を受診後、結果を用紙に記入して保健室に提出してください。

\*就職後は、忙しくなり再検査の時間が取りにくい状況が  
考えられます。早めに病院受診をしましょう。



## きょうしょくいんきゅうめいこうしゅうかい かいさい 教職員救命講習会を開催しました。

6月6日(金)教職員救命講習会を開催しました。  
きゅうきゅうたいいん かた こうし しんはい そせいほう しょう  
救急隊員の方を講師として、心肺蘇生法やAEDの使用について学びました。

せいいと 生徒のみなさんが安心して学校に通うことができるよう、  
せんせいがた ひび まいしん  
先生方も日々、邁進しています。



## か なに よく噛むと何がいいの?

か なに  
「30回噛む」など、食事の時にたくさん噛むように言われたことはあると思い  
ます。では、噛むとどんないいことがあるか知っていますか?



### ひまんよぼう 肥満予防

か なに  
あまり噛まずに食べると、食事のペースが速くなり、満腹感を得るまでにたくさん食べることになり、過食につながります。よく噛むと満足感が得られて、食べ過ぎを防げます。

### こうしゅうけいげん 口臭軽減

か なに  
よく噛むと、唾液がたくさん出ます。唾液には細菌を洗い流す働きがあるので、口臭の原因となる細菌が減り口臭を軽減できます。

### ほか は びょうき よ ぼう 他にも歯の病気の予防など、

いいことがたくさんあります。いつもより10回でも多く噛んで食べてみましょう。

