

保健だより



れいわ ねん がつ はっこう
令和6年6月3日発行
いしかわけんりつ がっこう
石川県立ろう学校
ほけんたいいくあんぜんか ほけんしつ
保健体育安全課 (保健室)

うんどうかい てんこう めぐ ぶ じ お
運動会も天候に恵まれ、無事に終わることができました。たくさん練習し、本番では持
てる力を十分に発揮できた人、ちょっと心残りだった人など色々な思いがあったかも知
れませんが、病院を受診するような大きなケガや体調不良を訴える人もなく、私たち
に感動を与えてくれた運動会でした。一人一人の幼児児童生徒の顔がしっかり見えて良か
ったなあと思いました。

～6月の健康診断・保健行事のお知らせ～

がつ みつ か げつ ごぜん
6月3日(月)午前

がつ な の か きん ごぜん
6月7日(金)午前

がつ いつ か すい ごぜん
6月5日(水)午前

がつ にち すい ごぜん
6月12日(水)午前

がつ にち すい
6月12日(水)13:30～

がつ にち すい げつ ごぜん
6月17日(月)午前

がつ か げつ
6月24日(月)13:20～

たいじゅうそくてい ようちぶ
体重測定(幼稚部)

がっこうかんきょうえいせいけんさ かき
学校環境衛生検査(夏期)

たいじゅうそくてい しょうがくぶ ねん ねん
体重測定(小学部1年～3年)

たいじゅうそくてい しょうがくぶ ねん ねん
体重測定(小学部4年～6年)

がんかけんしん ぜんいん
眼科検診(全員)

いんりょうすいすいしつけんさ
飲料水水質検査

じびかけんしん ぜんいん
耳鼻科検診(全員)



うんどうかい ぶ じ しゅうりょう 運動会、無事終了！！

がつ にち にち じ ぶん じてん きおん
5月19日(日)9時30分の時点で気温24℃、

しつど ち くも てんき
湿度49%、WBGT値22.1と曇りの天気なが

らやや暑く感じる中、運動会が行われま

した。救護担当者3名の一番の心配は、

きょうぎちゅう
競技中のケガもそうですが、やはり

ねっちゅうしょう きんねんとく もうしよび つづ
熱中症です。近年特に猛暑日が続き、

いしかわけん ねっちゅうしょうけいかい
石川県の熱中症警戒アラート(WBGTの

あつ しすう いじょう はつれいさいすう れいわ
暑さ指数33以上の発令回数は令和4

ねんど かい れいわ ねんど かい
年度は18回、令和5年度は36回と

きゅうげき ふ すいぶんほきゅう ぼうし
急激に増えています。水分補給や帽子

ちやくよう あつ さ こうどう たいせつ
の着用など暑さを避ける行動も大切ですが

うんどうまえ しんたいれいきやく
運動前のプレクーリングで身体冷却をする

ことでも予防できます。本年度はクーリング

ルームとして聴力測定室を準備しましたが

ねっちゅうしょうようしょうじょう しやう
熱中症様症状では使用することはありませんでした。



たいいくかんわた ろうか
体育館渡り廊下に
きゅうごしつ せつち
救護室を設置しま
した。ちょっと涼し
い場所だよ！

がつよっか がつとおか は くち けんこうしゅうかん
6月4日～6月10日は歯と口の健康週間



歯科検診を終えて、子どもたちの歯の状態がきれいなお子さんが多いと感じました。
 学校の給食後もよく歯みがきをしている姿が見られます。近年、予防歯科の大切さが
 広く知られるようになりましたが、予防歯科は①生活習慣の改善 ②健康診断等で早期
 発見 ③早期治療ですが、虫歯がなくても定期的に歯科受診している子どもたちもおり
 保護者の皆さまの意識の高さがうかがえます。

本年度の歯科検診で虫歯のあった人は全校幼児児童生徒の7.4%でした。虫歯はなくて
 も歯垢や歯肉の状態に注意が必要な人がいました。生涯、自分の歯でおいしく食事が
 できるよう、今のうちから自分でできる予防歯科について考え実行してみましよう。

まえないかけんしん うんどうきけんしん お
【プール前内科検診・運動器検診が終わりました】

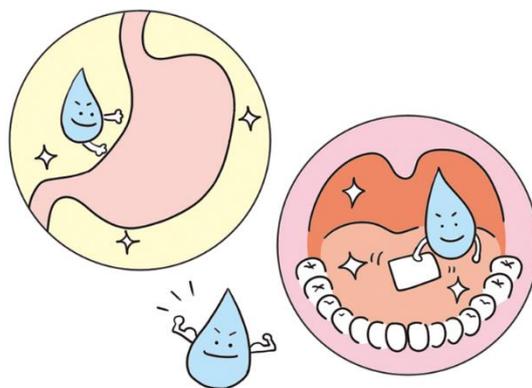
5月22日(水)に学校内科医の辻先生(つじ小児科)
 に検診していただきました。

運動器検診は、保護者の皆さまに記入してもらっ
 た問診票をもとに各学部で学級活動や体育の時間等
 にチェック項目について子どもたちの身体機能状態
 を再度確認してもらい、そして最終的に辻先生に受
 診の必要があるかどうか判断してもらいました。
 受診の必要がある人にはお知らせ用紙をお配りしま
 したので、早めの受診をお願いします。



こんなにある！ **唾** **液** のはたらき

- 消化を助ける(デンプンを分解)
- そしゃく・飲み込みの補助
- 口の中を湿らせて発音をスムーズに
- 食べ物を溶解し、舌で味覚を感じさせる
- 食べ物のカスや細菌を洗い流す
- 歯にカルシウムなどのミネラルを補給する



食べ物をゆっくりとよく噛んで食べると、口の中にはたくさんの
 唾液が分泌されます。その唾液には、こんなにたくさんのはたらき
 が！ 歯と口の健康、ひいては全身の健康にも、よく噛んで唾液を出
 すことが欠かせないのです。