

保健だより

R8.6.1

太田一高附属中
保健室

雨の日が増える6月。空がどんよりしていたり、雨が降っていたりすると、なんとなく気分まで沈んでしまうことはありませんか？天気や気温の変化は心や体にも影響を与えることがあります。そんな時期こそいつも以上に十分な睡眠や規則正しい生活を心がけながら、自分の心と体の調子にも目を向けて過ごしていきましょう。

健康診断の結果をお知らせしています

各種健康診断の結果を順次配付しています。歯科健診・尿検査は全員へ、それ以外の項目の結果は、受診が必要な人へおたよりを配付する予定です。結果が手元に届いたらおうちの人と一緒によく確認をするようにしましょう。また、精密検査や治療の勧めがあった人は、早めに受診をするようにしましょう。



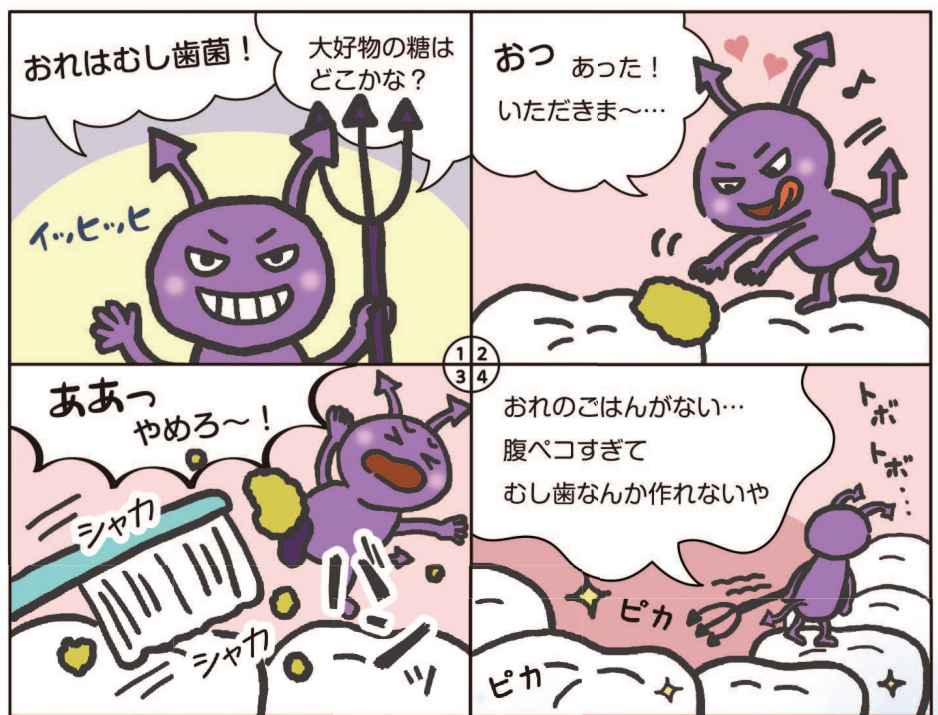
6月4日～10日は 歯と口の健康週間

歯は食べ物を食べるだけでなく、正しく発音すること、顔の表情を作ること、体の姿勢を保つことなど、毎日の生活に欠かせない大切な存在です。

毎日の歯みがきと定期的なチェックで歯の健康を保ちましょう。



むし歯菌と競争だ！



ポイント

食べたらずみがき。
むし歯菌が糖を食べて元気になる前にきれいにしよう。