

みんな笑顔

別海町立別海中央中学校

保健通信 NO-012

平成 28 年 6 月 3 日

文責 鶴田 佐和子

雨の日こそ
えが
お
Smile

雨の日は気分もしめりがち。
そんなときこそ、笑顔になれる
自分だけのお楽しみを
見つけておきたいですね。
梅雨明けまで、あとわずかです。

6月とは思えないくらい、寒い日が続きます。
旭川市に近い石北峠では積雪と路面凍結がありました。

体育祭はスポーツ日和(?)に恵まれて終了しましたが、振休明けの今週は体調不良者が続出。

急に冷え込んだ気候と、大きな行事が終わった後で疲労が蓄積していたためと考えられます。

寒気がすると保健室で熱を測っている人の多くはTシャツ一枚にジャージのみ。それは寒気じゃなくて単に寒いということです。中には本当

に発熱していた人もいて、休養者、早退者、欠席者が急増した一週間でした。

天気予報によると来週にならないと平年並みにはならないそうです。

この後は、中体連や期末テストも待っています。気持ちを切り替え、次なる目標を望んでください。

人間は目標があると力を出せます。

まだまだ続きます

健康診断行事

6月 9日(木) エキノックス症検査

6月 10日(金) 尿検査二次提出

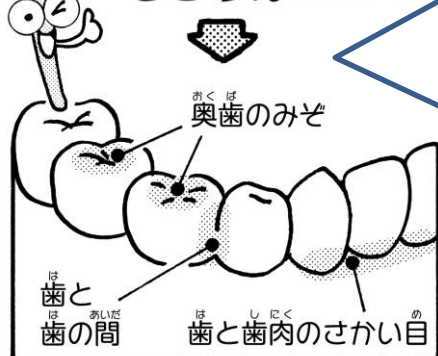
6月 16日(木) 脊柱側わん症検査

6月 28日(火) 尿検査三次提出

7月 12日(火) 耳鼻咽喉科検診



みがき残しやすい
ところはココ!



虫歯は減ったけど

月曜日で全学年の歯科検診が終了しました。個別の検診結果は来週以降お知らせします。

全体として、虫歯の数はとても少ないですが、そのかわりとして、歯肉の炎症が増えていました。虫歯なし、歯垢なしなのに、歯茎が腫れていたり、歯石があるという人が目立ちました。一人一人歯磨きの仕方にくせがあるためそういう事が起こるのだそう。歯石は歯科医院ですぐに取ってもらえます。虫歯がなくても行ってみよう。