

ほけんだより 6月

群馬県立館林特別支援学校
保健室

すでに5月中旬から、日中の気温が30℃以上の真夏日の日もあり、3か月予報によりますと今年の夏も平年より気温が高くなるそうです。今月は運動会やプール学習など、外での活動が多くなります。熱中症にならないように、こまめな水分補給と休養が大切になります。水分補給ができるよう、毎日、水筒を持たせてください（スポーツドリンクも可です）。



今月の
保健目標

歯をきれいに磨こう!!



4月末に歯科検診を行いました。歯垢が付着している児童生徒が多く、特に中学部では約80%の生徒に付着が見られました。歯垢は細菌やその代謝物の塊です。歯垢を放置することで、むし歯や歯周病、口臭などが引き起こされます。磨き残しがないように歯磨きを頑張りましょう!!!

正しい歯みがきのポイント

- 1 歯ブラシはえんぴつ持ち
- 2 歯の1本1本を小刻みにみがく
- 3 奥歯・裏側も忘れずに
- 4 かがみを見て確認する

学校医 若城先生より

～食中毒に気をつけましょう～



2026年4月より学校医となりました明和セントラル病院副病院長の若城忠武と申します。先日子どもたちの内科診察をさせていただきました。これからよろしくお願ひいたします。

新学期が始まり、子どもたちは新しい学年・学級で元気に学校生活を送っています。5月中旬より気温が30度近くになってきています。これから気温がますます高くなる季節を迎え、食中毒への注意が必要になります。ご家庭でも以下の点に気をつけていただき、子どもたちが毎日元気に過ごせるようご協力をお願いいたします。

- 食事の前には、石けんでしっかり手洗いをする
- お弁当は十分に冷ましてからふたをする
- 保冷剤や保冷バッグを活用する



体調がすぐれない場合は、無理をせず早めの休養をお願いいたします。学校でも、引き続き手洗いや衛生管理を可能な限り徹底し、安全で安心な学校生活づくりに努めてまいります。ご家族様にも食中毒はうつることがありますので体調に気をつけてください。体調不良の際は無理せず医療機関への受診を検討ください。

館林特別支援学校 学校医 若城 忠武（当院でも大人の方の食中毒の際のお薬の処方・点滴など可能です。遠慮なくご相談ください。）