

# 保健だより



H24. 7. 6 物部中学校 保健室 (No5)

7月7日は、七夕。織姫と彦星の、年に一度のデートの日です。この日に降る雨は、会えない2人が流す涙なのとか。2階の廊下に飾られた笹飾りには、さまざまな願い事が書かれています。織姫と彦星の願いはただ一つ、「晴れること」なのでしょう。2人の願いが、そして、あなたの願いが叶いますように…。

## 歯みがきチェック実施しました

6月の歯の衛生週間に合わせて、各教室で保健委員の生徒を中心に歯みがきチェックを行いました。思いのほか真っ赤っ赤になる生徒はいませんでした。「液おいしくない・・・」「舌真っ赤・・・」「きゃあ赤い」「意外と磨けているな。」など感想はさまざまでしたが、それぞれ磨き残しているところを知ることができ、普段の歯みがきを見直す機会になったのではないかと思います。



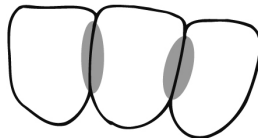
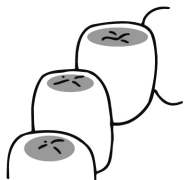
一磨き残しの多いところ

意識して歯みがきをしていきましょう。

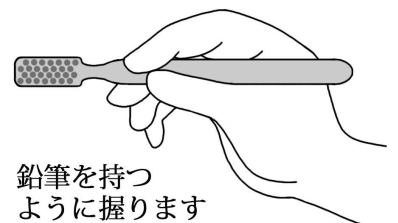
奥歯のかみ合わせ面

歯と歯ぐきのさかい目

歯と歯の間



歯ブラシの力が入りすぎない持ち方

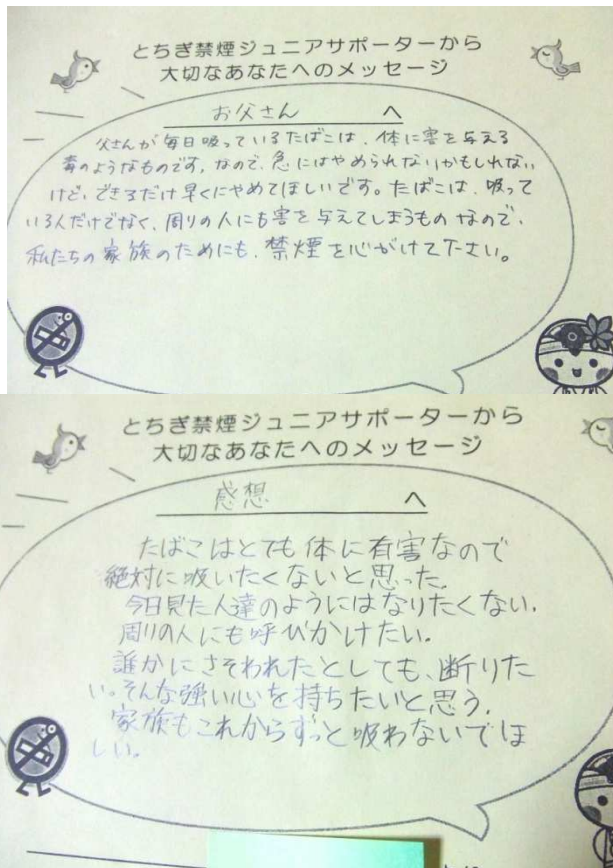
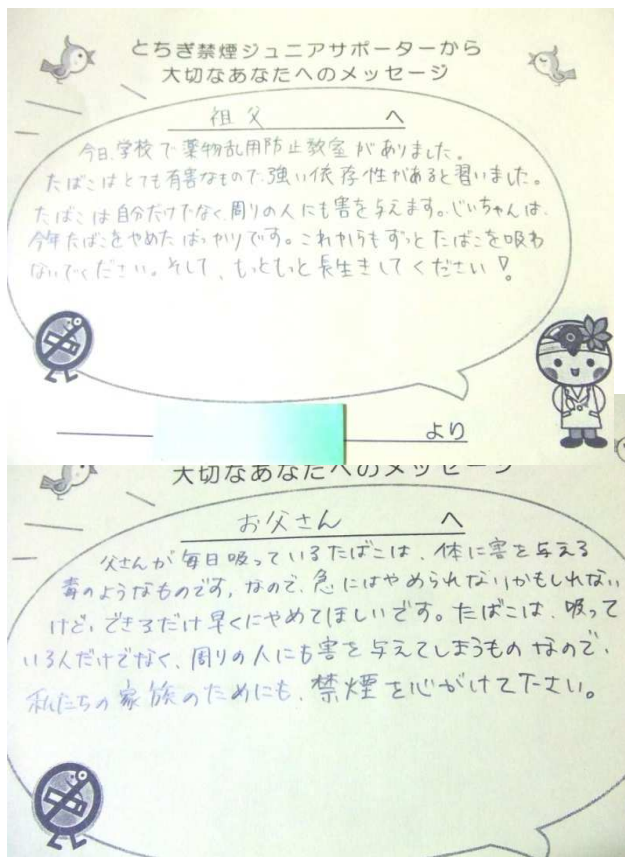


鉛筆を持つように握ります

# 薬物乱用防止教室

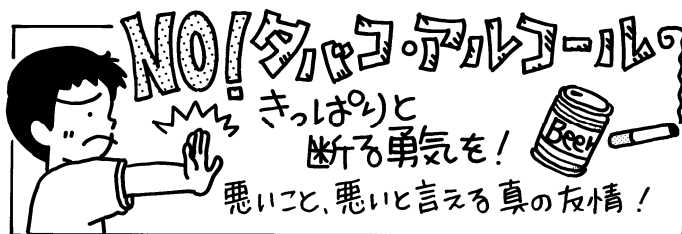
6月29日の6校時に薬物乱用防止教室を実施しました。今年度は薬剤師の杉村先生が来てくださいました。私たちに身近なたばこについて考える機会になりました。

薬物乱用防止教室を受けて大切な人へのメッセージを紹介します。



一人一人がいろいろなことを感じ、考えることができた時間になったと思います。ぜひうちのの人に今回聞いたことを話してみてください。

そして誘われても断る勇気を持ってくださいね！！



## 夏に発生しやすい光化学スモッグ

発生しやすいのは5月から9月頃で日差しが強く、風の弱い日です。

こんな症状に注意しましょう・目が痛い・チカチカする。のどが痛い。咳が出る・息苦しい。皮膚が赤くなる。 ※目がチカチカしたり、のどが痛くなった時には、目を洗ったりうがいをしたりして、しばらく屋内で安静にしましょう。

工場の煙や自動車の排気ガスに含まれる物質が、紫外線と化学反応を起こして有害物質をつくりだし、空气中にただよっている状態。