



令和6年6月7日  
海田町立海田西中学校  
養護教諭 伊藤 友美子

## 体育祭お疲れ様でした！！

体育祭では、仲間と協力する姿、応援したり励ましたりする姿など、みなさんのステキな姿をたくさん見ることができました。また、生徒のみなさん一人ひとりが、こまめな水分補給を心がけ、体調や安全に気を付けて取り組んだことにより、当日は大きなけがや不調なく、無事に終えることができました。今からも一と暑くなってきました。引き続き、熱中症予防を意識してすごしましょう。

## 6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です！

今年度のスローガンは「歯を見せて 笑える今を 未来にも」です。6月6日（木）には、学校歯科医 長畑先生と歯科衛生士さんにお越しいただき、1学年を対象に歯科保健指導をしていただきました。歯科保健指導では、むし歯になりづらいおやつやスポーツドリンクの摂り方、プラーク（歯垢）を取り除く歯の磨き方などを教えていただきました。2・3年生のみなさんもこの機会に鏡で歯や口の中をチェックしたり、いつもより丁寧に歯をみがいたりしてみましよう。歯医者さんで定期検診を受け、歯のみがき方を教えてもらうのも良いですね。



クイズに答えたり、動画を見たりしながら学びました。



1年生のみなさんは真剣に話を聞いていました。すすんで質問をする姿に感心しました。歯みがきをするときには、今日学んだ事を思い出してくださいね。

学校歯科医 長畑先生  
歯科衛生士さん  
ありがとうございました！



6月の保健目標

# 歯を大切にしよう

## “Window zoo”を新しくしました！ by 保健委員会

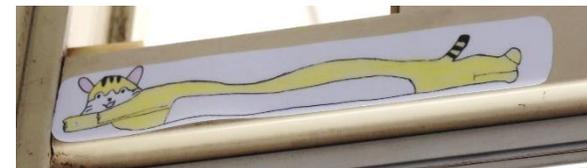
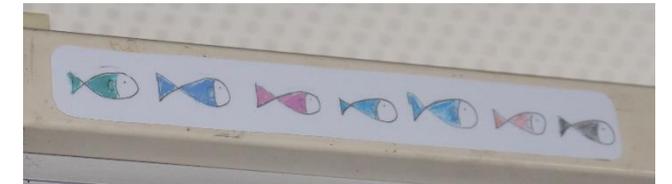
この取組は、感染症の拡大防止のために昨年度から行っています。少しでもみんなに換気することを意識してもらえると嬉しいです。

保健委員長 藤原 花衣



委員会で、窓やドアに魚の絵を貼ったので、窓やドアを開けて換気をする時、その絵に合わせて開けてもらえるとうれしいです。そして、「魚が何匹いるのか」や「色が何種類あるか」を見てくれるとうれしいです。

1年生保健委員



「Windowzoo」の貼り紙を新しく作りました。みんなで何度も考え直しながら描きました。世界最高傑作になったと思います。換気をする時、目安として役立ててください！

みんなで協力して換気をしましょう！

2年生保健委員

私たち保健委員で新しくした「Windowzoo」を設置したので、皆さんに換気を心がけてもらえるとうれしいです。

私たち保健委員が窓を開けて換気をするようにしますが、みなさんも自分やみんなの健康のためにも換気をしてください。

3年生保健委員



### リラックスタイム

日時：①朝休憩（7:40～8:00） 6月5日（水）・6月19日（水）  
②昼休憩（13:10～13:25） 6月10日（月）・6月25日（火）  
③放課後（～17:00） 6月12日（水）

場所：保健室

※日程や日時の変更は保健室前に掲示するカレンダーをみてください。

※放課後に参加する人は、顧問の先生に伝えてから来てくださいね。

昼休憩は  
保健委員もいるよ♪

