

保健だより

平成27年7月1日

7月号

長野中学校

本日から7月に入りました。いよいよみなさんが楽しみにしている夏休みがやってきます。しかし、天気の不安定な日が続いているためか、体調を崩し、欠席や早退、保健室で休む生徒が増えています。体調が思わしくない時には、早めに寝るなどして、体調管理に気をつけ、暑い夏を元気に過ごしましょう。



7月の保健行事

7月21日（火）

学校保健委員会

11:30～12:10

会場 長野中体育館

内容 「大塚アカデミー in 行田」～水分補給・食育・スポーツ栄養～

講師 大塚製薬

対象 PTA 会長、PTA 副会長、PTA 学級育成委員、教職員
各部活動部長

水の事故を防ぐ
ための合い言葉

浮いて待て！

毎年、この時期になると水の事故に関する悲しいニュースを多く耳にします。もしも、自分が川や海に落ちてしまったら・・・みなさんはあわてずに行動できるでしょうか？

そんなもしもの時にそなえ、覚えておきたいのが「**浮いて待て！**」です。衣服を身につけたまま川や海に落ちてしまったとき、無理に泳ごうとするよりも、背浮きの状態で助けを待つほうが、命の助かる確率が高いと言われています。

背浮きの方法

- ① 大きく息を吸って、全身の力を抜く。
- ② 手足を大の字に広げる、仰向きに浮く。
- ③ 手は水面より下

靴は浮くのではいたままにしましょう。

※遊泳禁止などの場所には絶対に入らないようにしましょう！



7月17日（金）に保健委員会新聞を発行します。テーマは熱中症についてです。

定期健康診断結果のお知らせ

4月からの定期健康診断はすべて無事に終了しました。調査表等の提出など、ご協力ありがとうございました。定期健康診断より一部になりますが、結果をお知らせします。

～発育測定より～※()内は平成26年度埼玉県学校保健調査の結果

	1年男子	1年女子	2年男子	2年女子	3年男子	3年女子
身長	153.2 cm (152.4 cm)	151.1 cm (151.5 cm)	160.4 cm (159.5 cm)	154.2 cm (155.2 cm)	165.7 cm (165.2 cm)	155.6 cm (156.5 cm)
体重	43.9 kg (43.7kg)	43.9 kg (43.2kg)	50.1 kg (48.4kg)	48.0 kg (47.0kg)	55.8 kg (53.7kg)	50.2 kg (50.1kg)
座高	81.8 cm (81.1 cm)	82.0 cm (81.9 cm)	84.9 cm (84.7 cm)	83.4 cm (83.8 cm)	88.9 cm (88.1 cm)	85.2 cm (84.7 cm)

～歯科健診結果より～

各クラスのむし歯未治療勧告の人数（6月11日現在）

さくら・のぞみ 1人

1-1	2人	2-1	4人	3-1	8人
1-2	2人	2-2	8人	3-2	4人
1-3	4人	2-3	4人	3-3	5人
1-4	7人	2-4	3人	3-4	11人
1-5	4人	2-5	7人	3-5	4人
		2-6	4人		



治療状況を掲示しています

保健室前廊下に、各クラスの6月末現在むし歯を持っている人数を掲示しています。治療が終了すると、ばい菌くんが消えていきます。さて、どのクラスが一番早く、ばい菌くんをやっつけるのでしょうか。



夏休みは治療のチャンスです！この長い休みを利用して、むし歯等の治療にぜひ行きましょう。みなさんから治療終了の報告がくることを待っています！