



令和7年6月2日
調布市立第四中学校
保健室

先月の24日は体育祭が開催されました。競技や応援、係の仕事など、それぞれが力を出し心に残る行事の一つになったかと思います。クラスや学年をこえてお互いが励まし合い、笑顔で健闘をたたえる様子など、みなさんがまた一つ大きく成長した姿をみてとても胸が熱くなりました。

さて、一学期も折り返しになりました。毎日元気に過ごせていますか。我が家では、子どもが4月から保育園に入園し、はじめての集団生活を過ごしていますが、まだ病気に対する抵抗力が弱いので、さまざまな感染症にかかっては治ってを繰り返しています。元気になった姿をみると「やっぱり健康が一番だなあ」と元気な時は当たり前になってしまう健康の大切さを改めて実感しました。

今後も四中のみなさんが心も体も健康に過ごせるよう保健室から支えていけたらと思います。

6月は梅雨がやってきてなんとなく憂鬱な気分になる人もいるかもしれません。ちょっと雨宿りしていこうかな、という気軽な気持ちで悩みや相談があったらいつでも保健室へきてくださいね。



6月の予定

スケジュール	対象	注意点
4日(水) 腎臓検診2次 (予備日)	対象者のみ	本人が直接保健室に朝学活後提出 ※遅刻の場合は9:20までに提出
26日(木) 歯科検診	全学年	朝の歯磨きを忘れずにしておきましょう

～お知らせ～

5月の腎臓検診1次・心臓検診1次を受けて異常がみとめられなかった場合は、結果のお知らせは配布していません。夏季休業中の三者面談で、一学期に実施した健康診断の結果一覧を配布する予定です。

また、心臓検診2次・欠席者検診を受ける予定の人は、先月配布した案内に記載されている通り6月6日の指定時間に調布市教育会館での受診となります。学校から早退で受診することになりますが、その場合は「早退扱い」にはなりません。必ず担任の先生へ何時に学校を早退するのか事前にお伝えください。

※指定日時に受診ができない場合は、結核予防会(03-3292-9396)までご相談ください。

6月26日 歯科検診 8:45～1階多目的室で実施(3年→2年→1年の順)

本校歯科医の山崎先生に、歯や口の健康の様子を診てもらいます。受診が必要な人には医療機関受診のお知らせを配布します。



歯科検診の注意点

お知らせで「歯科医院での検査・治療・相談」に○がついている人は、早めの受診をおすすめします。

歯科検診の記号

記号	読み方	意味
／	斜線	健康な歯
CO	シーオー	むし歯になりそうな歯
C	シー	むし歯がある
GO	ジーオー	軽度の歯肉炎がある
G	ジー	治療が必要な歯肉炎がある
○	マル	歯医者さんで治療済みの歯

「もしも歯がなかったら…」と考えたことはありますか？

歯の役割は、食事を楽しむだけでなく、食べ物を細かく砕いて消化を助けることや、表情を作ったり、身体のバランスを保ったりと多くの機能があります。

歯の平均寿命は約50～65年。“80歳まで自分の歯を20本残すこと”は、実はとても大変なのです。20本は「自分の歯で食べるために必要な本数」です。みなさんの一生のパートナーになる歯を大切にしましょう。

