

# ほけんだより



宮城県立石巻支援学校  
保健室

令和 8年 6月 5日  
裏面も御覧ください。



学校 HP からほけんだよりを  
御覧いただけます。

しょうちゅうがくぶ うんどうかい れんしゅう せい か はっき すてき  
小中学部のみなさん、運動会おつかれさまでした。練習の成果を発揮し、とても素敵  
な運動会になりましたね。高等部のみなさん、5月下旬からの前期現場実習おつかれさ  
まです。慣れないことが多く、いつもより心も体も疲れているのではないのでしょうか？

6月になり、気温の高くなる日も多くなります。その日の疲れを翌日に持ち越さないよ  
うに、ごはんをしっかり食べて、お風呂に入って早めに寝るようにしましょう。

6月4日~10日は  
歯と口の健康週間



## 6月の予定

月	火	水	木	金	土	日
6/1	2	3	4 小: 歯科検診	5	6	7
8 中: 体重測定	9 小: 体重測定	10	11	12	13	14
15 高3: 体重測定	16 高2: 体重測定	17 全校: 耳鼻科検診	18 高1: 体重測定	19	20	21
22	23 高1・2: 歯科検診	24	25 全校: 眼科検診	26 高1: 胸部 X 線検査	27	28
29	30					

## 6月に行う検診



### 歯科検診

歯鏡で口の中のすみず  
みまでみます。上手にお  
口を開けられる人は誰か  
な？



### 耳鼻科検診

耳・鼻・のどに病気がな  
いかを調べます。右耳→  
左耳→鼻→口の順番で  
みせてね。



### 眼科検診

目の病気がないかを調べ  
ます。目の動きもみてい  
るよ。上手にあっかんべ  
ーができると、  
あっという  
間に終わ  
ります。



### 胸部 X 線検査 (高1のみ)

胸のレントゲンを撮って、  
肺の病気がないかを調べ  
ます。検診バスが学校に  
来ます。



## 保護者の方へ

各検診で所見のあったお子さんに、結果のお知らせを配付しています。お知らせを受け取った場合は、専門医  
の受診をお勧めいたします。なお、歯科検診については、所見のなかったお子さんについても配付をします。歯科  
については、内容を御確認いただき、必要なタイミングで受診していただければと思います。



【5月の校内の様子】 ~今月は、児童生徒のみなさんのために、訓練や研修を行う先生方の様子を紹介します~



### ぼうさいくんれん 防災訓練①

まん いち すいよくひなん かい ひなん ひつよう ばあい  
万が一、垂直避難（2階に避難）が必要になった場合に  
そな あんぜん いどう くんれん おこな  
備えて、安全に移動ができるよう訓練を行いました。



### ぼうさいくんれん 防災訓練②

あんぜん ばしょ ひなん  
安全な場所に避難  
かんりよう あと ひ わた  
完了。この後、引き渡し  
くんれん おこな  
訓練を行いました。



### きゅうきゅうきゅうめいほうこうしゅうかい 救急救命法講習会①②

しょうぼうしょ かた き しんぱいそせいほう きどういぶつじょきよ ほうほうどう じっしゅう おこな  
消防署の方に来ていただき、心肺蘇生法や気道異物除去の方法等について実習を行いました。

## は くち けん こう まも せん 歯や口の健康を守るのは★チーム戦★

### メンバー①

は  
歯みがき  
まいにち は  
毎日のていねいな歯みがきが  
こうくう き ほん  
口腔ケアの基本です。

### メンバー②

えき  
だ液  
よく噛むことで分泌される  
えき くち なか そう じ や  
だ液は口の中のお掃除屋さん。

### メンバー③

は い しゃ  
歯医者さん  
よ ぼう し か  
予防歯科のためには  
プロによるクリーニングも必須。



### メンバー④

めん えきりよく  
免疫力  
ただ せいかつしゅうかん さいきん ま  
正しい生活習慣で細菌に負  
めん えき きた  
けない免疫を鍛えましょう。

このチームが、みなさん  
がむし歯や歯周病にな  
らないために戦っています。  
でも、どこかが崩れると戦う力がダウンして  
しまいます。みなさんの  
チームはしっか  
り活躍できてい  
ますか？

