

# ほけんだより 6月



れいわ ねん がついつちははつこう  
令和8年6月1日発行  
いしかわけんりつ がっこう  
石川県立ろう学校  
ほけんたいいくほうまいか ほけんしつ  
保健体育防災課（保健室）

運動会も無事に終わることができました。たくさんの保護者の皆さまや懐かしい旧職員、卒業生の方々が来てくださり、心温まる運動会だったと思います。6月の保健目標は2つあります。①「歯を大切にしよう」②「梅雨時期の健康に気を付けよう」です。どちらも“予防”することから始まります。自分で考えて行動できるといいですね。

## ～6月の健康診断・保健行事のお知らせ～

6月 1日(月)午前	体重測定(幼稚部)
6月 1日(月)13:20～	耳鼻科検診(全員)
6月 3日(水)13:30～	眼科検診(全員)
6月 9日(火)午前	学校環境衛生検査
6月 10日(水)午前	体重測定(小学部)
6月 18日(木)午前	飲料水水質検査



6月4日は  
むし歯  
予防の日

## 6月4日～6月10日は歯と口の健康週間

本校では子供たちが給食後によく歯みがきをしている姿が見られ、また、家庭によっては定期的な歯のメンテナンスで歯科受診をして、抵抗なく歯医者さんへ行ける子供たちもおり、歯科衛生の意識は年々高くなっていると感じています。

人は寝ている間は唾液が減るのでむし歯になりやすいです。そのため、寝る前に歯に歯みがきをして、食べかすなどをとることが大切です。

### たかが歯みがき、されど歯みがき・・・

生きる源である食事に欠かせない“自分の歯”の大切さについて考える機会ですね。



みがいたら・・・



ねる

学部	受検者数	虫歯なし	虫歯あり
幼稚部 9名	7名	7名	なし
小学部 9名	9名	5名	4名
中学部 8名	8名	6名	2名
高等部 9名	9名	6名	3名
35名	33名	24名	9名

※本年度の歯科検診結果



# もうすぐ梅雨の時期をむかえますが...



近年、異常気象の影響でしょうか？ 急な大雨に見舞われ学校の近くを流れる伏見川が増水することがあります。伏見川は倉ヶ岳を水源とし、本校の“洪水浸水想定”は約0.5mとされています。これまで本校校舎まで浸水したことはありませんが、いつ何か起こるかわかりません。“備えあれば憂いなし”という言葉がありますが、まずは災害に備えた自分の準備(災害時用リュック)確認と定期的な入れ替えを忘れずに。

特にご自宅の近くに河川がある場合は、台風など大雨が予想される時は気象庁や自治体からの情報に注意が必要です。テレビやラジオ、インターネットなどで情報を確認し、すぐに避難できるよう準備しておきましょう。

決して河川の様子を見に行ったりしないよう、家族で話し合っておくことも大切です。



## 梅雨時も油断大敵 熱中症

梅雨の合間に急に気温が上がった日は要注意です。

頭痛やめまい、吐き気などの症状を感じたら、風通しのよい場所で休みましょう。汗をたくさんかいたときは、塩分もとるためにスポーツドリンクなどで水分補給を。

石川県に熱中症警戒アラートが発表された回数は R5年は36回、R6年は17回、そして R7は過去最高の37回でした。

今年さらには暑くなりそうなので、今から少しずつ暑さに慣れる準備が必要です！



### 寄宿舎の小野先生に聞いてみた！！



Q:小野先生はろう学校でお仕事をするにあたり、県外から石川県への移住とお聞きしています。石川県の印象はいかがでしょう？また、現在、困っていることなどありませんか？

A: 石川はとにかく海鮮が美味しいです！はま寿司でさえ心なしか地元より美味しく感じます。価格も比較的お手頃なことが多く、大学時代よりたくさん魚を食べれて嬉しいです。

お茶も美味しいです。実は加賀棒茶を飲んで石川への移住を考えたくらい加賀棒茶が好きです。また、石川の人は温かくフレンドリーで親切な方が多く、方言の影響が皆さんおっぴろのんびりした印象を持ちます。素敵な場所です。



困っていることはカメムシが大きすぎる事です。今後は石川での生活を楽します。

