

# ほけんだより 5月



れいわ ねん がつなのかほっこう  
令和8年5月7日発行  
いしかわけんりつ がっこう  
石川県立ろう学校  
ほけんたいいくぼうさいか ほけんしつ  
保健体育防災課 (保健室)



新学期がスタートして1ヶ月がたちました。新しい教室や先生、友だちとの出会いに緊張したり、不安になったりした人もいたでしょう。知らず知らずのうちに、心と体に疲れがたまっているかも知れません。季節的には過ごしやすい時期なので、自分の体と相談しながら本を読んだり絵を描くなど好きなことをして気分転換すると良いでしょう。

## ～5月の健康診断・保健行事のお知らせ～

5月7日(木)午前

体重測定(幼稚部)

5月8日(金)13:30～

結核検診(胸部レントゲン検査:高1)

5月12日(火)

尿検査一次二次混合検査日

5月13日(水)午前

体重測定(小学部)

5月19日(火)10:00～

心臓検診(心電図検査:中1、高1)

5月27日(水)13:30～

プール前臨時内科検診・運動器検診(全員)



## 5月24日(日)に行われる運動会に向けて練習しています!!

運動会は学校生活の中でも大きな行事の一つですね。ケガをしないように次のことをしっかり守って本番を迎えましょう。

- ①爪を切っておく…長い爪はケガのもと。
- ②足にあう靴をはき、ひもをきちんと結ぶ…靴が合っていないと転倒のもと。
- ③水分補給をこまめにする…熱中症予防
- ④準備運動もしっかり行う…運動の基本
- ⑤朝ごはんをきちんと食べてこよう…元気のみなもと!!
- ⑥帽子の準備を忘れずに…暑さ寒さから守ってくれる。



## ましん 麻疹(はしか)が流行しています!

石川県内では感染者の情報はありませんが、関東地方を中心にはしか感染者数が急増しています。はしかは39～40℃の発熱と発疹を特徴とし、感染力が強いため免疫のない人は手洗いやマスクだけでは予防できず、接触すると100%感染します。最も有効な予防法はワクチン接種で、現在1歳からの定期接種(2回接種)としてMR(麻疹・風疹)ワクチンがあります。大人が罹患すると重症化しやすいので注意が必要です。



4月23日(木)に歯科検診を終えて・・・

学校歯科医の牛村先生(牛村歯科医院)と歯科衛生士さんが来校し、検診してくれました。給食後の検診でしたが、子供たちは検診を受けるマナーとしてほぼ全員歯みがきをして検診に臨みました。自分の検診の時、牛村先生は何と言っていたかな?思い出してみよう!  
 “歯はその人の人生を写す鏡”だと思います。年齢に関係なくいつも自分の歯でおいしく食事ができるようにしたいですね。



## 何て言ってる? 歯科検診

歯科検診用語の意味を知っておこう♪



**／** 現在歯  
 治療の必要のない健康な歯

**CO** 要観察歯  
 むし歯になりそうな歯

**C** むし歯  
 治療が必要なむし歯

**○** 処置歯  
 治療が済んでいる歯

**GO** 歯周疾患要観察者  
 軽い歯肉の炎症がある

**G** 歯周疾患罹患患者  
 治療が必要な歯周疾患

**△** 喪失歯(永久歯)  
 永久歯がなくなった状態

**×** 要注意乳歯  
 抜くかどうか相談が必要な乳歯

### 保健室からお知らせ

健康診断が終わり次第、医療機関受診の必要なお子さんにはお知らせを出します。各種大会や校外学習など大切な行事の前に受診を済まされることをお勧めします。



高等部主事の村野先生に聞いてみた!!



Q: 2年ぶりにろう学校へ“おかえりなさい!”の村野先生に聞いてみます。ろう学校の良いところを一つだけあげるとすれば、どんなところですか?また、村野先生の心の癒しは何でしょうか?

A: ろう学校の良いところは幼児児童生徒の皆さんが年齢や学年を気にせず仲良くできることです。

私の心の癒しは、動物のほっこりする動画を見ることです!

