

# 6月 保健だより

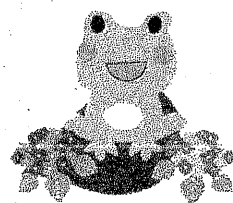
大阪市立大池中学校 保健室

学校の玄関スロープの紫陽花が咲き、今は体育館裏手の紫陽花が第2弾で咲き始めています。いよいよ明日の体育大会。台風の後の蒸し暑い気温が予想されますが、まだまだ蒸し暑さに身体が慣れていないために熱中症を起こしやすくなります。自分の体力をよく考え、睡眠不足、朝食欠食、水分補給不足のないよう、十分に注意しながら、体育大会を全力で楽しめるようにしましょう！！

今年は、鼻血を出す人が増加傾向にあります。ティッシュを手元に持つておくようにしましょう。

加えて、食中毒も起こりやすい時期でもあります。今月はお弁当を持参する日もあり、空調のある教室で保管しますが、生ものは加えず、必ず火を十分に通して作り、十分に冷ましたものをお弁当箱に詰めるようにして、保冷剤等で必ず食中毒予防をして持参してください。

## 6月1日～30日は「食育月間」です。



毎日の給食、おいしく食べられていますか？

小学校で調理員の皆さんが、おいしく食べてくれるように・・・と、心を込めて作ってくださる給食を、配送員さんが中学校まで運び、配膳員さんが各学年フロアに運んでくださることで、温かい給食が皆さんの手元に届きます。

「いただきます」という言葉は、「食材のいのちを、感謝の気持ちをもっていただく」という意味でもあり、また、給食を作って、運んでくださる方々への感謝の気持ちを表す言葉でもあります。家庭でも同じですね。

「いただきます」「ごちそうさまでした」と手を合わせて言葉にするとき、あなたは何を、誰を思い浮かべますか？

### 【6月の保健行事】

- |        |                  |                        |
|--------|------------------|------------------------|
| 11日(木) | 歯科検診(全学年)        | <u>登校前の歯みがきを忘れずに！！</u> |
|        | 尿検査容器配布          |                        |
| 12日(金) | 尿2次検査(該当者全員)     |                        |
| 13日(土) | 心臓2次検診(該当者のみ)    |                        |
| 17日(水) | 耳鼻科検診(全学年)       |                        |
| 23日(火) | 胸部エックス線撮影(該当者のみ) |                        |

### 【連絡】

学校管理下(授業、部活動等)における傷病で医療機関受診した場合は、日本スポーツ振興センター給付申請ができます。申請手続きをする場合の必要書類は保健室に取りにきてください。(担任または部活動顧問に連絡しましょう)