



れいわ ねん がつごう
令和5年7月号

あい ち けんりつおかざきろうがっこう
愛知県立岡崎聾学校

がつ ほ けんもくひょう
7・8月の保健目標

なつ げん き す
夏を元気に過ごそう



なつやす ちか
夏休みが近づいてきました。わくわくしている人も多いと思います。ぜひ、夏休みを楽しんでくださいね！
あつ ま げん き たの つぎ き つ
ただ、暑さに負けず、元気で楽しむために、次のことに気を付けましょう！

なつやす たの
夏休みを楽しむために！

ねっちゅうしょう よぼう
①熱中症を予防しよう！



熱中症
に注意！



なつ のど かわ
夏は、「喉が渴いた！」と感じなくても、お茶を飲みましょう！

じゅうぶん すいみん
②十分な睡眠をとる



えいよう
③栄養バランスのよい食 食をする



てきど うんどう
④適度な運動をする



～保護者のみなさまへ～

定期健康診断が終わりました。問診票の記入や、検診を受ける
際には体調管理や欠席後の対応等にご協力いただき、ありがとう
ございました。



＜歯科検診の結果＞

	受検 者数	所見なし (歯列除く)	歯と歯肉に 問題あり	受診勧告 者数
幼稚園部	16	15		0
小学部	48	18	14	15
中学部	17	8	3	3
高等部	26	11	4	4
合計	107	52	21	22
	98%	49%	20%	20%

みじし
未実施
1名
みじし
未実施
1名

結果の一覧を懇談でお渡ししますので、親子で確認
していただきたいと思います。

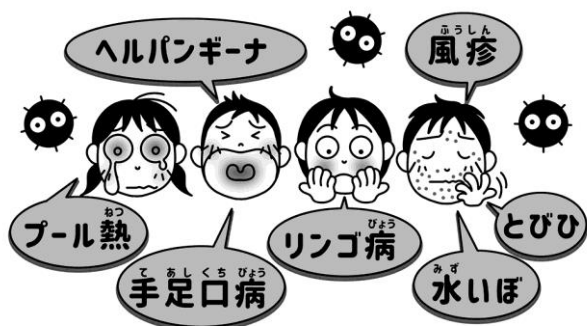
歯科検診では、今年度「所見なし(歯や歯肉等に問題
なし)」の人が約半数(49%)でした。昨年度より歯がい
い状態の子が多くて良かったです。(昨年度は、所見な
し31%)

ただ、受診が必要な子もいます。全校で22名です。

夏休みを利用して、早めに病院へ行ってください。

また、夏休み 中も、食後の歯みがきを丁寧に続けら
れるよう、言葉掛けと確認をお願いします。

夏に気をつけたい感染症



感染症予防には、やはり「手洗い」が大切

です。また、インフルエンザやコロナウイルス
感染症については全国的
にみると、流行して
いる地域もあります。
気を付けましょう!



ジュースに入っている角砂糖は17個!?



のどが渇くと、冷たく
て甘いジュースが欲しく
なりますね。でも、ジュ
ースばかり飲んでいる人は要注意! ジュー
スには想像以上の砂糖が入っています。

レモン風味炭酸ジュース 500mL

角砂糖

約17個分

スポーツドリンク 500mL

約10個分

リンゴジュース(濃縮還元) 200mL

約8個分

ジュースを飲みすぎると、太りやすくなったり、むし歯になりやすくなったりします。
普段の水分補給は、砂糖が入っていない水やお茶にしましょう。

