

# ほけんだより 6月

令和3年6月4日  
日之影中保健室

梅雨に美しく咲くあじさい。あじさいは、育つ土の性質によって色が変わる不思議な植物です。酸性の土だと青、アルカリ性だと赤色になるのだそう。じゃあ白いあじさいは？調べてみるのも面白いかも。

日之影中までの通学路にたくさん咲いていますね。ゆううつな雨の日も、きれいに咲くあじさいを見て癒されましょう。

6月4日～10日  
歯と口の健康週間

## 歯科検診結果速報

	異常なし	要病院受診
1A	8名	18名
2A・B	7名	18名
3A	12名	11名
計	<b>27名</b>	<b>47名</b>

## 自分の歯大切にできてる？

病院受診を勧めている人が、47名。そのうち歯垢(みがき残し)でチェックのあった人は33名と約70%もいてビックリ。校医の先生が「特に歯と歯ぐきのさかい目に歯垢がある人が多い。今は予防歯科の時代。異常がなくても、半年に1回定期検診に来てほしい」とおっしゃっていました。今月は保体給食委員会でも“ていねい”な歯みがきを呼びかけています。

できてしまったむし歯は自然に治るものではありません。きちんと歯医者さんに見てもらい、早く治しましょう。

一方で、歯・口腔ともに健康だった人が27名いました。すばらしいことです！一生使っていく歯です。大切にしましょう。

## ～保体給食委員会でも「ていねいな歯みがき」を呼びかけています～



2年教室



3年教室



委員長の美夢さんが歯をみがく時の注意点を1年生に教えています。

委員会の生徒が歯の模型を使ってみがく場所を示しています。

手鏡を使って確認しています。

## ～教えます！私、おすすめの歯みがき法～



それはずばり…鏡を見ながらみがくこと！

食器を洗う時、見ないで洗う人はいません。でも歯をみがく時に、鏡で口の中を見ないのはなぜでしょう？ぜひ鏡で自分の歯の状態を見ながら、みがいてみてください。

歯は平べったい板ではありません。歯ブラシのあたりにくいところや、奥歯のブラシが届かないところなどを、発見できるはず。そこに、歯垢がびっしりついてます！

みがき終わったあと、舌で歯を触ってみて。ツルツルした歯に感動すること間違いなし！！



## ～先月の保健室～



あら～髪の毛バツサリ切ったね～！

はい！実は「ヘアドネーション」をしたんです！



ヘアドネーション！？すごい！何年くらい伸ばしていたの？

ニュースやYouTubeで知って、私も誰かの役に立つことができたらと思って。2年くらい伸ばして、31センチ切りました。



## 「髪が人をつなぐ」 ヘアドネーションって知っていますか？

ヘアドネーション(Hair Donation)とは、小児がんや難病、事故などで髪を失った子どもたちに医療用ウィッグ(かつら)を作るため、髪の毛を寄付するというボランティア活動のひとつです。

先月、この「ヘアドネーション」に協力した生徒がいます。これにはいくつか条件があり、寄付する髪の毛は31センチ以上でなければなりません。長く伸ばすのはとても大変だったと思いますが、彼女の行動はウィッグを必要とする子ども達やその家族をきっと笑顔にすることでしょう。日之影中生の優しい気持ちに触れ、心が温かくなった出来事でした。

## 6月3日 心肺蘇生法講習

水泳学習が始まるのを前に、先生たちで「心肺蘇生法・AED使用方法の講習」を行いました。日之影中のプールで事故が起こった場合を想定し、全職員が実際に体を動かして、救急処置の流れを確認しました。AEDは保健室前の廊下に設置していますが、水泳学習時はプールに持参します。



## 今月のひとりごと…

「星野源・新垣結衣 結婚！」先月、日本中を沸かせたビックニュース！お互いのファンの中には、あまりの衝撃で仕事が手につかない人もいたとか…2人は「逃げるは恥だが役に立つ」というドラマで共演しており、「逃げ恥婚」ともいわれています。そのドラマのテーマ曲となっているのが、星野源さんが歌う「恋」です。ブームとなった恋ダンス覚えていませんか？

胸の中にあるもの いつか見えなくなるもの

それは側にいること いつも思い出して

「恋」 星野 源



サビの歌詞の意味を考えてみました。

みなさんは、毎日家族や友だちなどたくさんの人と関わりながら生活しています。身近にいる大切な人も、一緒にいる時間が長くなればなるほど、それは当たり前になり、大切に想う気持ちが薄らいでしまうもの。自分に寄り添い、励ましてくれる人、支えてくれる人が側にいる、その当たり前こそ大切なんだ。大切な人が身近にいるだけで幸せなんだという想いがこめられているのでは、と私は考えました。



みなさんはこの歌詞、どのように解釈しますか？  
忙しい毎日ですが、当たり前この日常に感謝しながら過ごしたいですね。

