

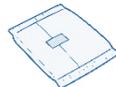
ほけんだより

令和3年 11月5日
渋谷区立笹塚中学校
校長 大友文敬
養護教諭 加藤昌子

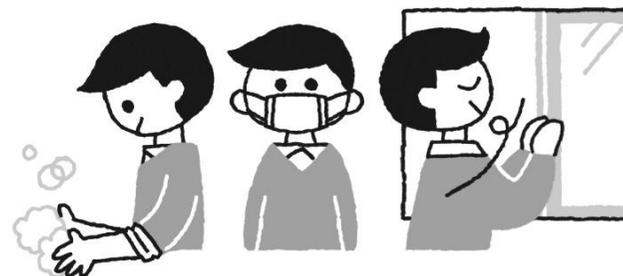
生理用ナプキンの配置の施行について

経済的な理由などから生理用品を入手することが困難な状態にある問題について学校現場でも効果的な対応を検討しています。本校では従来より、保健室に生理用品を常備し、突然の生理の時などに対応しておりますが、より手に取りやすい環境を確保する取り組みについて検討しております。その一環として女子トイレの個室に生理用ナプキンを配置する試行を行います。

- 試行期間 11月8日(月)～11月19日(金)
- 配置場所 保健室前女子トイレ(1箇所)



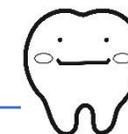
インフルエンザも



しっかり予防対策!

新型コロナウイルスの感染者数は、減少していますが、油断せずに感染予防を続けていきましょう。一人ひとりの心がけで状況は変わります。

歯科医院へ行こう!



先日、秋の歯科検診の結果を配布しました。虫歯など治療が必要な場合には早めに治療をするようにお願いします。

頑固な強敵!? 歯石

歯垢(プラーク)に、唾液中のカルシウムなどが沈着し、硬くなって歯にこびりついた状態のものが「歯石」です。歯周病を進行させていくため、歯と口、ひいては全身の健康を脅かす極めて危険な存在と言えます。さらに歯石になってしまうと歯磨きでは落とせないのです。歯科医院で除去してもらう必要があります。定期的に歯科医院でチェックを受けて歯石は早めに除去をすることをお勧めします。

笑うと幸せと元気がやってくるんだよ

免疫力アップ

幸福感

鎮痛作用



「笑い」って、うつるよね♪

記憶力アップ

ストレス軽減

筋力アップ

広がってほしいのは…病気じゃなくて笑顔です