

保健だより

令和3年4月

東温高等学校 保健室

今月の保健目標：新年度のスタートに生活習慣を整えよう！

色とりどりの花が咲き、気持ちの良い季節を迎え、心身ともに新たな気持ちで新学期を迎えていることと思います。まだまだ感染症の心配はありますが、笑顔を忘れず、今できることを一つひとつ大切に過ごしていきましょう。

保健室はこれから、1年間皆さんの心と体の健康を様々な面からサポートしていきます。どうぞよろしくお願いいたします！



健康診断が始まります！-4月の予定-

月 日	行 事	対 象	備 考
4月 9日(金)	身体計測	全学年	メガネ・コンタクトレンズ・ケース・保存液を持参すること
4月14日(水)	貧血・心電図検査	1年生	貧血検査は希望者
4月15日(木)・16日(金)	尿検査	全学年	起きてすぐの尿を採ること
4月16日(金)	結核検診	1年生	夏用体操服(上)を持参すること
4月19日(月)	内科検診	3年生	
4月21日(水)	歯科検診	1年生	昼食後、丁寧に歯を磨いておくこと
4月22日(木)	尿検査(予備日)	未提出者	
4月23日(金)	内科検診	2年生	
4月28日(水)	歯科検診	2年生	昼食後、丁寧に歯を磨いておくこと
4月30日(金)	内科検診	1年生	

健康診断の目的

皆さんの発達の様子や、健康状態を知るために必要な検査、検診です。しっかりと自覚を持って受けてほしいと思います！この機会に、自分の体のことをきちんと理解し、日々健康的な生活を送れるよう心がけましょう。

健康診断の結果について

健康診断の結果、受診が必要な人には「受診用紙」を渡しています。もらった人は、早めに受診し、検査・治療を受けるようにしましょう。結果は担任の先生へ提出してください。



何て言ってる？ 歯科検診



歯科検診では、う歯の有無の他、歯ぐきの様子や噛み合わせ等についても調べます。歯科検診の際、歯科医の先生が口に行っている記号にどのような意味があるか知っていますか？今回の検診では記号の意味を理解し、自分の口腔内の状態を考えながら受診してみましょう！

記 号	意 味	事後措置
斜線（／）	う歯になったことがない、健康な歯	これからも丁寧に磨きましょう
まる（○）	う歯になっていたが、治療が完了している歯	
シーオー（CO）	う歯になりかけの歯 	特に丁寧に磨きましょう
シー（C）	う歯（むし歯） 	歯科医への受診が 必要です！ 
バツ（×）	抜いたほうが良いと思われる乳歯	
ジーオー（GO）	歯ぐきの軽い腫れ、出血 	歯ぐきをマッサージするように丁寧にブラッシングしましょう
G（ジー）	歯肉炎・歯周病になってしまっている歯ぐき	歯科医への受診が必要です！

守りましょう！ 保健室利用のルール・マナー

- ♡ ノックをしてから静かに入り、室内では騒がないようにしましょう。
- ♡ 休養は原則１時間以内です。
- ♡ 緊急時以外は、休憩時間に来室してください。
授業中に来室が必要な場合は、保健委員等が付き添い一人で来室しないようにしてください。
- ♡ 内服薬を渡すことはできません。
自分の薬は飲みなれた物を持参するようにしましょう。
- ♡ 継続的な手当て（毎日の消毒、湿布の貼り替え等）はできません。
- ♡ ホットパック等の貸し出しはできますが、必ずその日のうちに返却してください。

