

保健だより



H23. 12. 22 物部中学校 保健室 (No.12・冬休み号)

学校保健委員会を開催しました！！

12月15日(木)15時から本校図書室で学校保健委員会が開催されました。本校の健康診断の結果・体力についての現状・食事についてのアンケート結果について・歯と口の健康に関する取り組みについて協議し学校医・学校歯科医・学校薬剤師の先生方よりご指導いただきました。



◎伊藤先生・芳賀先生・町田先生からのお話

○コンタクトレンズについて

視力検査の結果:本校生徒のコンタクトレンズ装用者の割合がH22 2.6%からH23 6.1%と増加しています。日本眼科学会の報告でもコンタクト装用者は増加しています。それに合わせてコンタクトのトラブルも急増しています。コンタクト装用者で10人に1人が眼障害を起こしています。原因はコンタクトをすることで眼球に酸素がいかなくなる、レンズの汚れ等により感染、炎症を起こしてしまう、ドライアイなどさまざまですが、目に違和感を感じたらコンタクトをはずし眼科を受診してください。コンタクトを正しく使用し、トラブルを起こさないようにしてください。

○歯科について

治療率については、不正咬合との関係もあります。むし歯がある人はまず治療をしてください。そして歯磨きについても磨いていると、磨けているは違いますので染め出しなどは効果的です。歯磨きにはブラシの大きさもポイントになります。コンパクトなものを使用してください。部活動等で忙しいとは思いますが、ぜひ歯科を受診してください。

○基礎体力について

たとえば腕相撲大会などを行い楽しんで取り組めるものを実施していき、体力を高めることで、部活動などにも生きてくると思います。そして朝ごはんは短時間でも食べられるものを食べるようにするといいです。

☆ 新年を START ☆ 心がけてほしい ☆ 健康生活 ☆
 ☆ 元気に ☆ するために ☆ 冬休みの



いよいよ冬休みになります。みなさんにとって2011年はどのような年だったでしょうか。健康に過ごせましたか？

ぜひ冬休みは家族でゆっくり過ごし、3学期元気に登校してきてください。

—保護者の方へ—

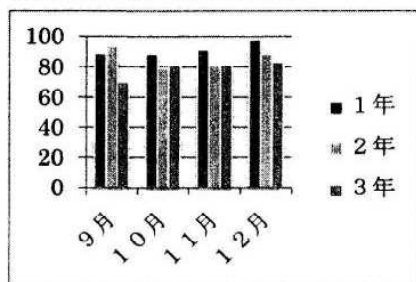
◎ぜひ冬休みに歯科受診をしましょう！！

まだ健康診断結果のお知らせの通知が学校に戻っていない生徒に関して、再度治療勧告の文書を出させていただきました。ぜひこの機会を利用して、お子様に歯科受診させていただけたらと思います。そして、治療が済みましたら学校のほうへ、治療勧告書の文書を提出していただければと思います。

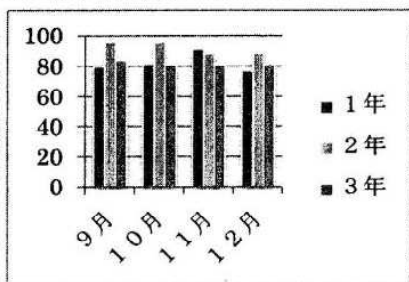
月例環境衛生検査の結果(2学期)

月例環境衛生検査を月に1回行っています。特に気になる項目が①手足の爪は短く切っているか②ハンカチや手ふきは持っているか③上履きがひどく汚れていないか。の3項目になります。衛生の観点から意識してもらいたいと思います。

手足の爪は短く切っているか



ハンカチ・手ふきは持っているか



上履きがひどく汚れていないか

