

保健だより
5月



Health

令和7年5月19日
長町中学校芳齋分校 保健室

明日5月20日(火)は歯科検診です

こんなことを調べます

- ・ むし歯はないかな？
- ・ 歯ならびやかみ合わせは、どうかな？
- ・ 歯垢は、ついていないかな？
- ・ 歯肉(歯ぐき)は、はれていないかな？
- ・ 歯は、きれいにみがけているかな？



し か けんしん ちゅうい 歯科検診で注意すること

- ・朝はしっかり丁寧に歯みがきをしてきましょう。
- ・検診中は静かにしましょう。
- ・自分の番になったら、大きな声ではっきりと学年・組・名前をいしましょう。
- ・診察の時は、大きな口を開けましょう。
- ・診てもらったらきちんとお礼をいしましょう。



～ まだまだ健康診断が続きます ～

5月21日(水) 尿検査回収日…(1次2次混合検査者)

- ・すでに尿検査の1次の提出が済んでいて、お知らせが配られていない人は提出不要です。
- ・検尿は9時30分までに提出をお願いします。
- ・まだ一度も提出していない生徒で、検査容器をなくした人がいたら保健室に取りに来てください。

5月29日(木)…眼科検診(希望者のみ)があります。

- ・問診の眼科の欄にチェックのあった生徒の中で眼科検診を「希望する」に○をつけた生徒が対象です。

6月5日(木)…尿検査2次(該当者のみ)があります。

- ・尿検査1次の検体は提出できません。

健康診断の結果について

健康診断の結果について、疾病・異常の疑いがある方にはお知らせ用紙をお渡ししています。用紙が届きましたら、なるべく早めに専門医への相談・受診を済ませていただき、結果を学校までお知らせください。(歯科検診のみ全員にお知らせ用紙をお渡ししますので、結果に応じて受診をお願いします。)

なお、学校での健康診断は、疾病・異常の疑いがある人を振り分けるスクリーニングですので、受診の結果「異常なし」と診断される場合もあります。ご理解とご協力をお願いいたします。

※視力検査の結果については5月29日の眼科検診(希望者)後に該当生徒に結果のお知らせを配付いたします。

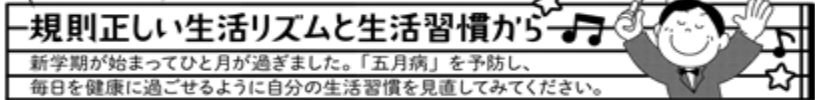
上記のことや、保健関係のことわからないことがありましたら、お気軽に保健室の森田までおたずねください。



思いあたる人はいませんか？



健康生活は！



新学期がスタートして1か月…そろそろ疲れがたまってきたてはいませんか？そんなときこそ意識してほしいのが、「早寝・早起・朝ごはん」。生活リズムが整うと、体と心の調子も整います。あなたの生活リズムはどうですか？ゴールデンウィークも終わり、一度自分の生活を見直してみましょう。

じぶんの「身のまわり」、きれいにできているかな？

「身のまわり」…ってどこのこと？

あなたの体や、着ている下着・服、そしてあなたが今いるその場所のまわりのことです。では…あなたの「身のまわり」、一度見わたしてみてください。そして下書いてあるチェックに○×をつけてみましょう♪

できているものには○、できていないものには×をつけます。○が多いほど身のまわりは清潔になります♪

☐ 食事のまえ、トイレのあと、掃除のあと、あそんだあと、動物にさわったあとは手を洗っている。 	☐ ハンカチ・ティッシュを忘れずに持ってきている。 	☐ ハンカチは、毎日とりかえている。
☐ つめのびたら、こまめにき切っている。 	☐ 下着は、毎日きがえている。 	☐ お風呂にはいって体をきれいにしている。
☐ 食事のあとは、ていねいに歯みがきしている。 	☐ トイレをきれいに使っている。 	☐ すみずみまできれいに掃除している。

5月20日（火）から5月27日（火）までの1週間、ハンカチ・ティッシュ・つめの長さ、名札の着用についてチェックをします。まずは自分のことから整えてみましょう。