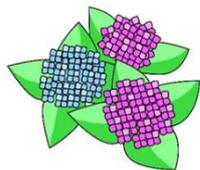


保健だより



令和4年6月3日
西蒲高等特別支援学校 保健室
No.2

ご家族の方と一緒に読みましょう。

6月になりました。気温が上がり汗ばむ日もあれば、気温が下がり肌寒い日もあり、体調管理が難しい時期ですが、天気予報を確認するなどして、服装を調節できると良いですね。また、今の時期は、体が暑さに慣れていないため、熱中症の危険も高まります。のどが乾いていなくても、水分を摂るように心掛けましょう。そして、熱中症予防には、「十分に睡眠をとること」「朝食を食べること」も重要です。規則正しい生活習慣で過ごせるようにしたいですね。



各種検診の「結果のお知らせ」を配付しました。

これまでに、身体測定（身長・体重）、視力検査、聴力検査、尿検査、眼科検診、内科検診、耳鼻科検診（1年生は心臓検診・胸部レントゲン検査も）が終了しています。お忙しい中、問診票などの提出にご協力いただき、ありがとうございました。

検診の結果、専門医での再検査・治療が必要なお子さんには、「結果のお知らせ」を配付しました。「結果のお知らせ」を持って、早めに医療機関を受診してください。受診完了後、用紙は学校へ提出してください。受診の結果、「異常なし」となる場合もありますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

また、既に異常なしと言われていたり、以前から受診していたりする場合は、学校へお知らせいただくとありがたいです。

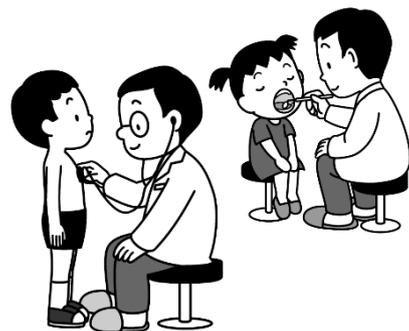
なお、保健用連絡封筒は、中身を受け取りましたら、学校へお返してください。

※ 歯科検診は、6月3日に行いますので、歯科検診の「結果のお知らせ」は、後日配付となります。



各種検診を欠席した場合の対応について

検診の日に欠席だった場合や、都合により検診を受けられなかった場合は、個別に保護者様へご連絡します。検診によって、対応が異なりますが、学校医と相談の上、対応させていただいておりますので、ご理解くださいますよう、お願いいたします。



裏面もお読みください。



6月4日～10日は歯と口の健康週間です



歯は、私たちが生活をする上で、大切な役割を担っています。

食べ物を
細かく砕く

発音を助ける
表情を作る

体のバランスを保つ

歯がないと…？

ごはんがおいしく
食べられなくなるか
もしれません。

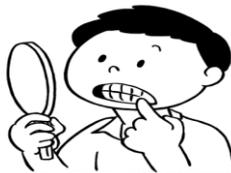
友達と楽しく話した
り、笑ったりできなく
なるかもしれません。

速く走ったり、ボー
ルを投げたりできなく
なるかもしれません。

このように、むし歯や歯周病で歯を失うと、いろいろなことができなくなるかもしれません。そうならないために、食後に歯みがきをすることが大切です。



歯周病セルフチェック



当てはまるかどうか、チェックしてみよう！

<input type="checkbox"/> 歯肉(歯ぐき)が赤く腫れている。	<input type="checkbox"/> 歯をみがいたときに、歯肉から血が出る。
<input type="checkbox"/> 歯肉が痛かったり、むずがゆかったりする。	<input type="checkbox"/> 歯と歯の間に、食べ物がつまりやすい。
<input type="checkbox"/> 硬い食べ物がかみにくい。	<input type="checkbox"/> 歯がグラグラしている。
<input type="checkbox"/> 朝起きたときに、口の 中がネバネバしている。	<input type="checkbox"/> 口臭がある

歯みがきをしないしていると、歯周病になるおそれがあります。歯周病とは、歯と歯肉(歯ぐき)の間に、細菌が入り込み、炎症を起こして、歯を支える骨を破壊していく病気です。

当てはまる項目が多い人は、歯周病の可能性ががあります。歯科医院で診てもらうことをお勧めします。

