



宮城県立石巻支援学校 保健室
令和 6年 6月 3日
裏面も御覧ください。

だんだんと気温の^{きおん たか}高くなる日が増えてきましたね。実は、^{じつ まなつ あつ}真夏の暑い時期よりも、夏に向けて^{なつ む}気温が高くなり始めるこの時期の方が、^{ねっちゅうしやう}熱中症になる危険が^{きけん たか}高いと言われています。体が暑さに慣れるまでは、無理をせず、^{からだ あつ}外での活動^{そと かつどう}を短めにしたり、水分を^{みじか すいぶん}早めに^{はや ほきゆう}補給したりするようにしましょう。



6月の保健行事



月	火	水	木	金	土	日
	6/4(火)~6/10(月)は、歯と口の健康週間です 				6/1	2
3	4 小：体重測定	5 中：体重測定	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17 高3男：体重測定	18 高2男：体重測定 尿検査二次回収	19 全学年：耳鼻科検診 10：30～ 尿二次予備日	20 高1男：体重測定	21 高女：体重測定	22	23
24	25	26	27	28	29	30

【5月の保健室の様子】～聴力検査、歯科検診、内科検診、眼科検診などを行いました～



ほけんしつ ちやうりよくけんさ おこな
保健室で聴力検査を行いました。



し か けんしん
歯科検診をがんばりました。



① かんせんしやうよぼう がくしゆう
感染症予防の学習をしました。



れんしゆう しんけん
練習も真剣です。



けんしんちゆう すてき えが お
検診中も素敵な笑顔



② 1:バスできやうぶ、せんけんさ ちやうせん
胸部X線検査に挑戦

歯周病やっつけ隊

～健康な歯ているために～



歯周病は歯垢にいる歯周病菌が原因で炎症を起こして、歯ぐきや歯を支える骨を破壊する病気です。日本人の約80%がかかっているとも言われる身近な病気です。そんな歯周病と戦うために、人の口の中を探検する「歯周病やっつけ隊」について行ってみましょう。

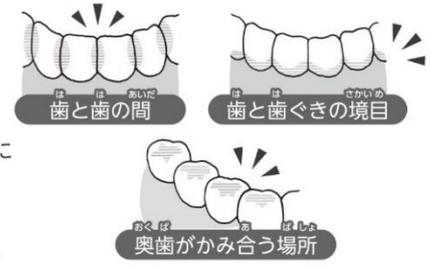
軽症				重症
<p>ケース1</p> <p>歯みがきの後なのにこんなに歯垢が！</p> <p>歯ぐきが赤く腫れ始めています</p>	<p>ケース2</p> <p>1人目より腫れが大きい！</p> <p>骨も溶け始めています</p>	<p>ケース3</p> <p>もっと状態が悪いです</p> <p>歯が動くし、臭い。出血もしています…</p>	<p>ケース4</p> <p>なんて重症！歯ぐきが化膿して真っ赤です</p> <p>歯を支える骨が溶けて歯が抜けています</p>	

歯周病は**歯を失う原因No.1**とも言われます。でも歯周病にならないための**2つの技**があります。

技① 「毎日の歯みがき」で歯垢をきちんと落とす！

技② 定期的にプロにも診てもらおう

やっつけ隊 秘伝のコツ



- みがき残しが多い場所を丁寧に
- 歯ブラシはこきざみに動かす
- 歯ぐきは45度の角度で当てる

どんなに丁寧に歯みがきしても落ちない汚れもあります。定期的に歯科に行って汚れを落としてもらいましょう。



この必殺技で歯周病から口を守ってくださいね。★

健康診断結果のお知らせについて



健康診断への御協力ありがとうございます。おかげさまで、5月までにほとんどの検診を無事に終えることができました。各検診結果については、以下のように配付いたしますので、内容の確認をお願いいたします。

- ◆内科、眼科、耳鼻科検診結果…所見のあったお子さんにのみ配付します。現在治療中（定期通院中）と伺っている疾患については、配付しない場合もあります。通知を受け取り、治療中の場合には、保護者の方の記入で構いませんので、提出をお願いいたします。
- ◆歯科検診結果………所見のなかったお子さんも含め、全員に結果をお知らせします。結果を御確認の上、受診が必要な場合には、お早めに受診することをお勧めします。

7月には、全ての検診結果をまとめた「定期健康診断結果」を全員に配付します。受診に関して不安なことや相談したいことがある場合などには、お気軽に保健室までお問い合わせください。

また、石巻市HPに、本校歯科校医の河瀬先生が、口腔ケアや歯ブラシの選び方、歯のみがき方についての動画を掲載していますので、参考にしていただければと思います。



石巻市 HP 「障がい児・者の歯のはなし」