

保健だより

平成30年7月20日発行
大島高校 保健室

鹿児島地方気象台は6月26日に奄美地方、7月11日に九州南部が梅雨明けしたと見られると発表しました。本格的な夏の到来です。

気温がぐっと高くなるこの時期は、熱中症も多くなります。体育祭に向けての練習も始まり、今まで以上の熱中症対策が必要です。

食事、睡眠をしっかりととり、規則正しい生活を心がけて、充実した夏を過ごしてください。



- ★冷やすのは首・わきの下・足のつけ根
- ★水をかけてうちわであおいてもよい
- ★水分と塩分の補給が大事
- ★水分補給ができない時や、回復しない時は、病院へ

健康診断結果について

歯科検診結果	対象者に通知	<p>(1) 下記に該当する場合は、<u>歯科医を受診してください。</u></p> <p>①「むし歯」のある人 ②歯列・咬合、顎関節、歯肉の項目で「要精検」の記入がある人 ③歯垢の項目で「若干付着」「相当付着」の記入がある人</p> <p>(2) 「要観察歯」…むし歯にはなっていませんが、そのまま放置すると、むし歯に進行する可能性があります。丁寧な歯磨きを心がけ、食生活にも気をつけましょう。</p> <p>(3) 歯列・咬合、顎関節、歯肉の項目で「要観察」の場合も、かかりつけの歯科医による指導や継続的な管理をしてもらったほうがよいでしょう。</p>
視力検査結果	対象者に通知	<p>視力の低下には、近視・遠視・乱視、その他の目の病気など、いろいろな原因があります。検査の結果、「B、C、D」の場合は眼科を受診してください。視力が低下しているのに、適正な矯正が行われていないと、目の疲労や怪我にもつながりますので専門医の指示を受けてください。</p> <p>① 近視なのか? ② 遠視や乱視はないか? ③ メガネ（コンタクトレンズ）が必要な段階ではないか? ④ 目に病気はないか? 等の診断と、治療や指導を受けることが大切です。</p>
その他		<p>尿検査・心電図検査・内科検診・運動器検診・結核検診については、それぞれ医師の受診が必要な人へ通知してあります。</p> <p>※通知のなかった人は、「異常なし」ということです。</p> <p>※お知らせが届く前に受診を済まされた場合は、保護者の方にその旨を記入していただいで提出してください。</p>

平成30年度 身体測定結果

年齢	区分概要	身長(cm)		体重(kg)	
		男	女	男	女
15歳	全国	168.2	157.1	58.9	51.6
	県	167.6	156.9	58.5	51.5
	本校	167.6	155.9	59.5	51.0
16歳	全国	169.9	157.6	60.6	52.6
	県	169.2	157.3	60.4	52.9
	本校	168.8	156.4	60.7	54.2
17歳	全国	170.6	157.8	62.6	53.0
	県	169.9	157.3	62.0	53.3
	本校	169.0	156.1	63.6	54.5

カウンセリングの紹介

- カウンセリングを希望する人は、担任の先生か保健室に相談してください
- 人数が多い場合は時間調整等を行い、日時の決定をします。
- 一回の相談時間は、基本的に50分程度です。
- 保護者の方のみの相談も可能です。
- 相談内容の秘密は守られます。

カウンセラー	今後のカウンセリング予定
丸内弥生先生	9月12日(水), 9月19日(水), 10月3日(水), 10月17日(水)

時間：13:30~16:30

相談場所：本校 教育相談室(管理棟4階)

