

ほけんだより



No.3
R5.6.16
小午田高等学園
保健室

3週間の実習、お疲れ様でした。自分の目標を達成することはできたでしょうか。実習が終わり、ホッと少し気が抜けた時に、体調が崩れやすくなります。ここで一度生活習慣を見直し、暑さに負けない健康な体づくりをしていきましょう。

～5月16日に実施した歯科検診の結果をお知らせします～

	う歯(むし歯)の保有者数	CO(う歯になりそうな歯)の保有者数	GO(歯肉がはれている)の保有者数
1年	5人(20.8%)	7人(29.1%)	2人(8.3%)
2年	3人(13.0%)	6人(26.0%)	2人(8.6%)
3年	0人(0.0%)	2人(8.3%)	3人(12.5%)

今年度は、全体的にむし歯が少なく、みがき残しのある人も少なかったと歯科の先生からお褒めの言葉をいただきました。3年生に関しては、2年連続でむし歯0という結果でした。今後もこの調子で毎日丁寧に歯みがきを行っていきましょう。

☆ 結果は全員に西已布しています。2(要精検)の項目がある場合、CO、GOがある場合は、一度受診していただき、「受診報告書」を担任までご提出ください。

注意！熱中症

暑さにまだ慣れていない今の時期こそ注意が必要です。普段から正しい対策を行っていきましょう。

□ 水分補給(特に運動前後は必ず!)

□ 朝ごはんをしっかり食べる

□ 十分に睡眠をとる

□ マスクを外し、熱をにがす

