

保健だより 6月号

令和5年度
丹原高等学校
生徒保健委員会



6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

皆さんは、日本人が歯を失う原因の第一位は何であるか知っていますか？

…それは 歯周病 です。

歯周病は、軽い歯肉炎から重度の歯周炎へ、ゆっくりと進行していきます。初期段階の歯肉炎は15歳以上の約40%に見られますが、この段階では自覚症状はほとんどありません。しかし、軽度の歯周炎になると、歯ぐきの腫れや出血といった症状が現れ、重度になると、歯がグラグラし始め、最悪の場合は抜けてしまいます。

残念ですが、抜けた歯は元には戻りません。歯周病は早期発見できれば治せる病気であり、「毎日の歯磨き」という予防が何よりも大切です。皆さんもしっかりと歯磨きをして、健康な歯を保ちましょう。

3年2組保健委員(四之宮)

保健委員がピックアップ【健康ニュース】

「子ども自転車死傷6月最多 通学で使い慣れた時期か」

警察庁が 2018～22 年に自転車に乗って死傷した小中高校の児童生徒数を月別で分析した結果、1年間のうち6月が最も多かったことが 27 日、分かった。同庁の担当者は「4月から通学で使い始め、慣れた時期に運転がおろそかになっている可能性がある」と話している。

成人を含む死者の事故類型別では、出会い頭が約4割を占め最多だった。死者の約6割が頭部を損傷し、ヘルメットをかぶっていない人の致死率は着用者の約2.6倍となっている。

【2023. 4. 27 共同通信】



僕も、自転車で通学しています。最近、登下校中に、自転車の並進や音楽を聞きながら走行している人が増え、危険だなと感じていました。

梅雨に入り、雨の日は道路が濡れて滑ったり、雨粒で視界が悪くなったりするので、より一層気を引き締めて通学したいと思います。

3年2組保健委員(徳田)

教室にサーキュレーターが設置されました

～ 上手に使いこなすためのコツを紹介します ～

サーキュレーターと扇風機って何が違うの？

サーキュレーター → 空気を循環させる風を送る

扇風機 → 人が涼むための風を送る



【使い方】

設置されたサーキュレーターには、『首ふり(上下)』ボタンがついています。エアコン使用時は、上下の向きを調節して、天井に向けて風を送ると効果的です。

開けたドアの前で稼働すると、効果的に換気ができます。

また、エアコン使用時には、教室の場所によって温度が違いますよね。冬は頭上は暖かいけど、足元だけ寒い…など。そんな時は、サーキュレーターの風で空気を循環させ、部屋全体の温度を均一にします。

【注意点】

- ・ 扇風機と違って、直風を浴び続けると不快です。 向きを調節して、授業中、誰かに風が当たり続けることがないようにしましょう。
- ・ 放課後、教室を施錠するときは、電源 OFF を確認してください。電源 OFF を忘れがちな場合は、電源を ON にする際、放課後に自動で切れるよう『切タイマー』機能を使うと便利です。
- ・ 電源コードに体をひっかけて落とさないように注意しましょう。

健康診断の結果を配付しました

- 治療や精密検査が必要な人は、早めの受診をお勧めします。
- 受診結果を病院で記入してもらい、担任の先生へ提出してください。



7日(水) 内科検診(2年生)

12日(月)～16日(金)
色覚検査(希望者)