

# ほけんだより3月

令和5年3月20日  
大村高校 保健室

今年度も残りわずかとなりました。三寒四温の时序で日々寒暖差があり、少しずつ春に近づいてきていますね。大高坂の桜が咲く日が待ち遠しいです。

もうすぐ春休みが始まります。春休みの間に心と体を整えて、新年度を迎えたいですね。

春休みの間に

## 自分をメンテナンス



体と心を整えて  
新しい学年を  
気持ちよくスタートしよう！

Step 4

リフレッシュできる時間をつくろう

好きなことをしたり休んだりして心の充電を。1年間がんばった自分をほめてあげてくださいね。



Step 3

身のまわりの整理をしよう

机や部屋を片付けて、いらぬものは思い切って処分！ すっきりした気持ちで新学期を迎えられますよ。



Step 2

持ちものの準備をしよう

足りないものや買い替えが必要なものはありますか？ 体操服やくつが小さくなっていないかも確認を。



Step 1

受診・治療を済ませておこう

進級するとすぐに健康診断があります。気になることのある人はお医者さんへ。むし歯も今うちに治療しておきましょう。



### 春休みは治療のチャンスです

【歯科検診事後措置の状況（未処置歯のある生徒）】

【令和5年2月1日現在】

【視力検査事後措置の状況（裸眼・矯正視力 BCD

の生徒）

【令和5年2月1日現在】

\*う歯：虫歯のことです。

	1年	2年	合計	%
未処置者	8人	9人	17人	
受診済者	1人	5人	6人	35.3%
処置歯数	1本	8本	9本	

	1年	2年	合計	%
要受診者	140人	148人	288人	
受診済者	37人	26人	63人	21.9%

上の表は、歯科検診と視力検査の事後措置の状況をまとめたものです。特に、視力の要受診者は1・2年生ともに多いです。

春休みは、いつもより時間がとりやすくなりますね。これまでなかなか受診できなかった人も、この機会に歯科・眼科を受診し、治療を済ませて新年度を迎えましょう。



## 保健室からのお知らせ



新年度の健康診断は、4月から実施予定です。

- 身体測定
- 歯科検診
- 内科検診
- 尿検査 など



### 健康診断の目的は…?



- その 自分の成長や健康状態を知る
- その 病気の疑いがないかを調べる
- その 自分の体や健康に関心をもつ

健康診断をきっかけに、毎日の生活をふり返ってみましょう!

### 保健美化部からのお知らせ

### 健康診断 4つのステップ

毎年4月に必ずある「健康診断」。こんな4つのステップを意識して受けてみてくださいね。

**かんがえる** (かんが) 保健調査票を記入して、ふだんの健康の様子をふり返りましょう。

**し知る** (し) いろいろな検査や検診で、自分の成長や健康の様子を知りましょう。

**まも守る** (まも) 詳しい診察や検査が必要なときはきちんと受けて、自分の健康を守りましょう。

**まな学ぶ** (まな) より健康に過ごすために必要なことを学んでいきましょう。

みなさんの健康への興味がアップすればうれしいです。

家政科2年8組のみなさんから、製作したトイレットペーパーホルダーを68個いただきました。本館・南館のトイレのホルダーを、新しい物に交換しています。

トイレの雰囲気明るくなりました。ありがとうございました。

トイレをいつでも気持ちよく使えるように、環境美化に努めていきたいですね。

### 岡先生・野口先生ご退任のお知らせ

学校医の岡六四先生と、学校薬剤師の野口聖子先生が、今年度末にご退任されます。

岡先生には、内科検診や学校行事前の健康相談などでみなさんの健康を支えていただきました。

野口先生には、教室の空気検査や薬品点検など、みなさんの学習を取り巻く環境衛生にご尽力いただきました。

お二人の先生方には大変お世話になりました。

来年度、新しく赴任される学校医・学校薬剤師の先生については、4月にお知らせします。

