

smile

田村市立大越中学校
ほけんだより
H27. 7. 14
文責: 養護教諭 遠藤直美

夏休みにはむし歯の治療や視力の検査を受けましょう!

4月から6月にかけて実施した、定期健康診断の結果記録票を各個人に配付しましたので、結果をよく確認してください。特に「歯科」「眼科」「視力」「心電図」等、検査や治療が必要とされた人は、夏休みを利用して必ず受診するようにしてください。授業参観の学年懇談会資料に載せた資料を再掲します。平日は部活動もあるためなかなか受診できない人も、夏休みはチャンスです。2学期、健康な状態で学校生活を送るためにも夏休み中に受診するようお願いいたします。夏休み終了後に「治療完了者数」「受診者数」が大幅に増えることを期待しています。



1 歯科検診結果

	1年	2年	3年	合計
受診対象生徒数 (%)	24人 (61.5%)	33人 (73.3%)	35人 (81.4%)	92人 (72.4%)
治療が必要なう歯 (C) 保有生徒数	11人	17人	17人	45人
C保有生徒の平均う歯数	2.1本	2.6本	2.9本	2.6本
CO-s (むし歯と疑われる歯)	0人	0人	2人	2人
CO (むし歯になりそうな歯)	18人	28人	27人	73人
G (歯石+歯肉炎)	0人	1人	0人	1人
ZS (歯石)	3人	8人	6人	17人
7/13 現在の治療完了者数	2人	4人	1人	7人

2 視力検査結果

	1年	2年	3年	合計	
受診対象生徒数 (%) (視力C以下)	16人 (41.0%)	13人 (28.9%)	15人 (34.1%)	44人 (34.6%)	
内訳	裸眼視力C以下	8人	9人	6人	23人
	矯正視力C以下	8人	4人	9人	21人
7/13 現在の受診者数	6人	5人	5人	16人	

大中学生の朝食摂取率は？

今年度も「朝食に関するアンケート」を行いました。

調査期間最終日に朝食を食べたかどうかという質問では、「食べた」と答えた人が123人中118人で95.9%という結果でした。昨年度より摂取率が1.0%上昇しました。

「食べ方に関するアンケート」の結果は表のとおりです。朝食に野菜を食べた人は、昨年よりも15.7%も増えました。しかし、夕食時に汁物を食べる人は1.5%減少しています。

また、食事を家族と食べる回数が昨年よりも減っているのが気になります。「朝早く仕事に出かけなければならない」「自分が寝坊してしまった」など理由は様々だと思いますが、できるだけ家族と食卓を囲めるようにしていただきたいと思います。



項目		調査期間の最終日	前年度との比較
朝食に野菜を食べた生徒数	人数	80	...
	%	65.0	+15.7
夕食に汁物を食べた生徒数	人数	85	...
	%	69.1	-1.5
昼食以外に誰かと食事をした回数	2回（朝と夕）	人数	71
		%	57.7
	1回（朝または夕）	人数	45
		%	36.6
	0回（ない）	人数	7
		%	5.7

毎年、熱中症で救急搬送されたり、亡くなったりする方がいます。中学生でも油断をすると、活動中に倒れてしまう危険があります。ふだんから水分補給や衣服での調節、健康管理を心がけましょう。天気予報で、気温や湿度の状況について確認しておくことも大事です。

薄着・日よけ

通気性のよい衣服と帽子や日傘の活用を。



水分補給

のどがかわく前に！運動前後の体重変化を補給用の目安に。

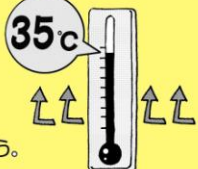


何回でも言いますよ～

くれぐれも **熱中症** に注意！

気温の急上昇に注意

暑さに慣れてから運動量を増やしていこう。



無理しない

睡眠不足や体調不良を自覚しているときは要注意！



知っていますか？

ステンレスボトルには、破裂・破損の危険があるために入れてはいけないものがあるのです。

- 牛乳、果汁など
- 炭酸飲料
- 塩分を多く含むもの

思わぬ事故を防ぐためにも注意しましょう。