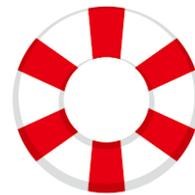




保健だより

令和3年7月号
石川県立工業高等学校
保健室

今年の夏も、「マスクをして」「クーラーをかけて」「窓をあけて」という新しい生活様式を意識した過ごし方になります。マスク着用のメリハリ、水分補給など熱中症も予防も念頭において体調管理を行いましょう。



県工に熱中症対策セットを設置しました



第一体育館
用具庫内

第二体育館
階段下
グラウンドに行ける所

第二体育館前

生徒・職員

こんなものが入っています

誰が使っても OK です

中身を見て何が入っているか確認してください

使った場合、補充をするので保健室に連絡をしてください



セット内容

- ・霧吹き
- ・熱中症
フローチャート
- ・経口補水液
- ・ビニール袋 (氷入れ)
- ・消毒液
- ・温湿度計
- ・冷却パック
- ・アルコール綿
- ・腋窩体温計
- ・タオル
- ・うちわ

健康診断がすべておわり（一部欠席者を除く）、
受診が必要な生徒にはお知らせを配布しました。



夏 休み中に治療にいこう



先日、歯科検診の結果「受診が必要」と判断された生徒には、受診勧告書を配布しました。昨年度は新型コロナウイルス感染症の影響もあり、非常に受診率が少なかったです。今年度は、感染状況を見て、しっかりと受診してください。**特にむし歯は自然治癒しません。**「痛みがないから」「緊急性がなく忙しくていけない」といって放置しておく、大変なことになります。

おしゃれなメガネが特徴

I科 K先生 体験談



県工に来る前のお話です…

奥歯にある詰め物が3個ほどとれていたのですが、面倒くさくて放っておきました。

チョコレートを食べたらしみるけれど、さほど痛くありませんでした。

ある日突然、運転中にガリッと音がしました。砂かなにかだと思っていたけれど、歯にヒビが入っていたのです…。それでも私は3日間くらいたてば自然に治ると思って我慢していました。しかし、ご飯を食べるたびに歯が痛み、食べても食べても痛みが止まらずやっと病院にいきました。結局、詰め物がとれたのを放置したせいで、歯のかみ合わせの位置がずれて上の歯が縦に割れてしまったのです。上の歯を抜くことになってとても痛かったのを覚えています…

Part 1 先生方の体験談はつづく…

歯磨き（セルフケア）だけでは、7割ほどしか汚れが落ちません。今回受診勧告書をもらわなかった生徒も、半年に1回は定期的に歯医者さんについてプロケアをしてもらいましょう。

80歳で残っている歯の本数の国別比較

国名	スウェーデン	アメリカ	イギリス	日本
80歳の歯の数	約20本	約17本	約15本	約7本
定期的に歯科検診を受診する人の割合	約90%	約80%	約70%	約2%

先月の保健だより引き続き…

女子生徒の皆さんへ



皆さんは「生理の貧困」という言葉を聞いたことがありますか？？新型コロナウイルス感染症の流行等のため、経済的困窮し「生理用品が買えない。」等で悩んでいる人の話が話題となっています。

この問題は国会でも取り上げられ、現在は各地で支援の輪が広がっています。

このことに関して「質問したい。」「悩んでいる。」等あれば、保健室まで相談に来て下さいね！