

ほけんだより 6月



6月に入り、今週関東地方も梅雨入りが発表されました。梅雨に入ると、「梅雨寒」という言葉があるように、急に肌寒く感じられる日もあります。その時の天気・気温・湿度に合わせて長袖シャツを着るなどし、体調をくずさないように気をつけましょう。

梅雨の時期は雨の日が多くなりますが、紫陽花や菖蒲など、この季節ならではの花もきれいに咲いていますね。じめじめとした季節だからこそ、お花を楽しんで心をリフレッシュさせましょう。湿気が多く食中毒などが増えやすい時期ですので、衛生管理にも気をつけて元気に過ごしましょう。



燃えてないお兄ちゃん



7月2日(水) AM
7月7日(月) AM
貧血検査を実施します。朝食をしっかり食べてください。

～ 1年生対象 性教育講話を実施 ～

6月2日(月)の4時間目、1年生を対象にアゲハ助産院の小川圭子さんによる性教育講話を実施しました。

みなさんは、これからたくさんの人と関わっていく中で、好きな人ができたり、失恋をしたり、性に関わる色々な経験をしていくかもしれません。

また、性的な欲望や衝動がおきたり、誰かから好かれたりして、うれしくなったり、どうしたらいいか悩むこともあるでしょう。

そんなときに役に立つのが性や人権に対する正確な情報と学びです。性と人権についての学びを通じて、科学的に正確な情報を見分け、自らの価値観と向き合い、他者が持っている多様な価値観と触れ合う機会が得られます。自分の気持ちに向き合って、意思決定していくことは、みなさんの心と人生を豊かなものにしてくれると思います。



厚生労働科学研究班監修の「からだところの科学 まるっとまなブック Level 4」は、生命(いのち)の尊さと大切さ、過去から現在、未来への生命(いのち)のつながりを学び、医学的・科学的な知識を基に、健康教育学習を進める教材です。思春期以降に起こる変化や人間関係を知り、自分と他者のからだところの健康を学ぶことができます。



Web でダウンロードして、一度は必ず目を通してほしいと思います。

プレコンシャスケア とは?

プレ(pre)は「～より前の」、コンセプション(Conception)は「妊娠・受胎」のことで、「妊娠前からのケア」を意味します。将来、子供を望むときのことを考えて、すべての人が生活や健康と向き合っていくという考え方です。自分のライフプラン、何を学び、どのように働き、誰と生きていくのかなど、近い将来じっくり考え、自分の気持ちに向き合って、意思決定してほしいです。

「性を学ぶことは、人権を学ぶこと。」人権とは、その人がその人らしく生きる権利のことです。性を取り巻くたくさんの知識を学んでいく中で、これまで自分が常識だと思ってきたことを疑ってみる、ということがあるかもしれません。フラットな知識を得ることで、自分と他人の違いを受け入れることができるようになります。

そして、自分の体を知ることの大切さを知り、自分とパートナーの体と心を守ることを大事にしてください。一人一人が、その人らしく生きるために、多くの人が性について学び、すべての人が生きやすい社会になっていけば良いと思います。



6月4日～10日

歯と口の健康週間



令和7年度

歯科検診結果

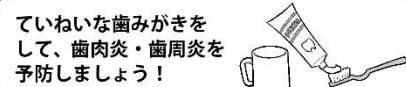


4月から6月まで4回に分けて歯科検診を行い、先日欠席者の受診も済んで、歯科検診が終了しました。検診結果は「歯科検診結果のお知らせ」で通知しました。

今年度の歯科検診で「虫歯あり」といわれた生徒は52人でした。これは全体の6.2%になります。高校生の未処置歯の全国平均は25%程度ですので、宇高生は虫歯が少なく口腔状態が良い生徒がとても多いです。さらに、全ての歯がキレイな状態のすばらしい生徒が718人もいました。歯科校医の大久保先生からも、「宇高生は歯がきれいだな」とお褒めの言葉をいただきました。これは、今までの生活習慣や、小・中学校での歯の保健指導により、ブラッシングや口腔内の衛生管理に関心が高く、きちんとできている結果と考えられます。これからもキレイな状態を維持してください。

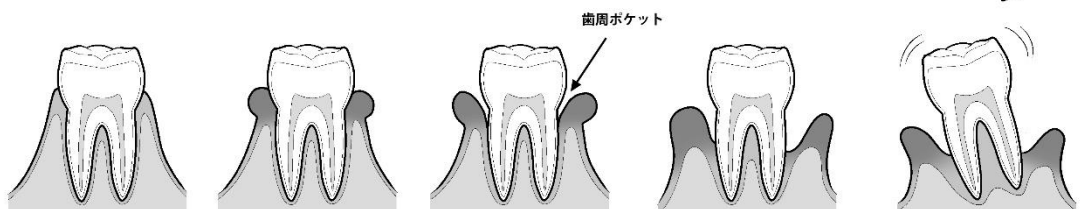
今回治療が必要と診断された人は、必ず受診し、報告書を学校に提出してください。

歯肉炎・歯周炎の進み方



GOOD

BAD



健康な歯

歯と歯肉のすきまがなく、歯肉はきれいなピンク色。

歯肉炎

歯肉が赤くはれていて、歯肉から血が出ることもある。

軽い歯周炎

歯とはれた歯肉のあいだに歯周ポケットができる。

中等度の歯周炎

歯周ポケットがさらにひろがり、うみがたまり口臭がきつくなる。

重い歯周炎

歯を支える骨(歯槽骨)が溶けて、歯がグラグラしてくる。

