

保健だより 健康診断号

2022.6.1
結城第一高等学校
保健室

先日、健康診断を実施しました。「身長が縮んだ・・・ショック！」「虫歯がなかった！」など様々な声がありました。普段、からだのことをあまり深く考えることはないかもしれませんが、これを機に自分の健康について知り、生活習慣など色々なことを振り返ることができるといいですね。

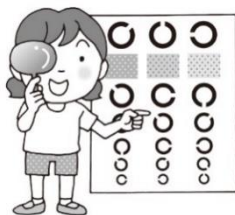
* 健康診断結果を配布しました

- 令和4年度健康診断結果のお知らせ・・・全員
- 歯科検診の結果について・・・全員
- 視力検査、聴力検査、内科検診の結果について・・・受診対象者



結果を確認してください。受診の対象となっている人は、保護者とよく相談したうえで病院受診をすることをお勧めします。特に3年生は就職先に健康診断結果を提出することもあるので、夏休み前までには医療機関でみてもらうことをお勧めします。

受診が済んだら、「受診報告書」を担当の先生に提出してください。



A	B	C	D
1.0 以上	0.9 ~ 0.7	0.6 ~ 0.3	0.2 以下

1番後ろの席からでも
黒板の文字は
よく見えています

後ろのほうでも
黒板の文字は
ほとんど読めますが
注意が必要です

後ろのほうでは
黒板の文字は
見えにくいです
眼科受診が必要です

前の席でも黒板の
見え方は十分
とはいえません
眼科を受診しましょう



歯ぐきをじっくり見たことはありますか？

毎日かがみで髪形を見ることはあっても、歯ぐきを見る機会はないかもしれませんね。でも、歯ぐきの状態を知るのは大切なことです。思春期はホルモンバランスや生活が乱れやすいもの。歯ぐきが炎症を起こす「歯肉炎」になりやすい時期でもあります。早速チェックしてみましょう。

健康な
歯ぐき

色：うすいピンク色
形：歯と歯の間にしっかり入り込んでいる
弾力性があり、引きしまっている

歯肉炎の
歯ぐき

色：赤みを帯びている
形：歯と歯の間の三角の先が丸みを帯びている
腫れがみられる

歯肉炎にならないために

- ・ 歯と歯ぐきの間も
しっかりみがこう
- ・ 定期的に歯医者さんに
診てもらおう



健康診断はまだ続きます。6月に尿検査、心電図検査（1年生のみ）を予定しています。
忘れずに受けるようにしましょう！