



定期健康診断が終わりました。

4月の発育測定から始まった健診が先週木曜日の歯科健診で最後となりました。今年の健診結果はどうでしたか？歯科健診は全員に結果を配付することになっていますが、それ以外の健診で「受診の勧め」を受け取らなかった人は「異常なし」だったので、このままの状態を保持してってください。「受診の勧め」を受け取った人は早めの受診をお願いします。受診後は受診結果を学校へ提出してください。健康な状態で日常生活を過ごせるようにしましょう。

ニュースで話題になっています。

「劇症型溶血性レンサ球菌感染症」



特徴や症状を知っていることで、早く気付けることが大事だと思います。患者数が増えているとはいえ、爆発的な流行が起きているわけではないので、“知る”ことは大事ですが、不安に思い過ぎないでください。

よく聞く（罹ったことがある人もいる）「溶連菌感染症」とは別の病気です。子供より大人の方が発症しやすいようです。特に30歳以上の発症が多いです。

「発熱」38～39℃の高熱でだるさもあり。

「手足の腫れ・赤み」手や足の深いところで感染し、手や足が腫れて赤くなる。

「筋肉の壊死（えし）」数時間でどんどん筋肉が赤黒くなって、立てなくなる。

「数時間でショック状態」体のいろいろな臓器が壊され意識を失ったり、血圧が下がる。

治療は、すぐに病院で抗生物質の治療を始めることと全身の治療を始める必要性があります。感染経路は「飛沫（つばや咳）感染」と「傷口からの感染」です。

予防方法は基本の「手洗い・うがい・咳エチケット」と「傷口を水で洗って清潔に保つこと」大事なことは、進行が速いので、とにかく早く受診することです。“もしかして”と思ったら迷わず病院受診しましょう。

水分補給はなぜ必要？

豆ちしき



みんなの体重のうち70～80%は水分

例えば体重40kgだと「28kg」が水分になる。あなたの水分量は？

体の水分は体の表面（汗として）や呼吸（呼気）からもどんどん蒸発している。今もね。

1日量でいうと、個人差はあるけど500mlのペットボトル3～4本分くらい。運動をするともっと多いよ。

“汗”をかくことで体表面の温度を下げて暑い季節でも元気にいられるようにしてくれています。汗をかかない人は体に熱がこもりやすくなってしまいます。

出した分の水分を補給して、体内の水分量を維持することが熱中症などの予防につながります。今年の夏も暑さが厳しいようです。運動している時はもちろんですが、日常生活や寝る前も水分補給をし、健康に注意して夏を乗り切りましょう！

眼科・歯科受診状況

R6.6月末現在

	1-1	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7
眼 科	44%	22%	20%	47%	47%	38%	53%
歯 科	0%	0%	%	%	%	%	%

	2-1	2-2	2-3	2-4	2-5	2-6	2-7
眼 科	11%	16%	23%	21%	23%	25%	35%
歯 科	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%

	3-1	3-2	3-3	3-4	3-5	3-6	3-7
眼 科	6%	9%	15%	23%	41%	7%	18%
歯 科	0%	0%	25%	0%	0%	0%	25%

1年3～7組は先週歯科健診が終わったところで、まだ結果が配付されていないので空欄になっています。

視力検査は4月に実施しているので2カ月経っています。時間を作って早めに受診してください。

歯科健診では、むし歯のある人は大変少なかったですが、歯肉炎や歯垢が付いている人が多かったです。むし歯はないのに歯の周りの状況が悪い人が多いです。治療が必要な人は早めに受診してください。夏休み中に1度受診できるといいですね。

お子さんは結果を渡していますでしょうか？ご家庭で確認をお願いします。

今年は“受診率50%以上”を目指しています。口腔環境を整えて健康生活が出来るようにしていきましょう。ご協力をお願いします。