

# 保健だより 6月号

平成30年 6月 5日 (火)

## 健康診断の結果は・・・?

4月、5月の行った健康診断で異常や疾病の疑いが見つかった場合は、「定期健康診断結果のお知らせ」の用紙をお渡ししています。受診の際は、用紙を持参し、医師の診断を記入していただいて学校に提出しましょう。



宿泊行事や部活動の大会で忙しいこの時期だからこそ、体のために、早めの受診をお勧めします。

## 6月4日~10日 歯と口の健康週間

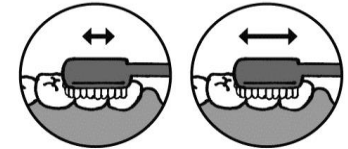


### あなたの歯みがき再チェック! おさらいミニクイズ



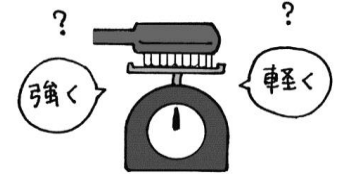
Q1 歯ブラシの動かし方は?

A: 小きざみに動かす  
B: 大きく動かす



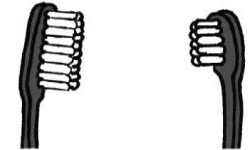
Q2 みがくときの力の加減は?

A: できる限り強く  
B: 力を入れずに軽く



Q3 歯ブラシ(ヘッド)のサイズは?

A: 大きめのものを選ぶとよい  
B: 小さめのものを選ぶとよい



Q4 歯ブラシはいつ取り替える?

A: 毛先が開いてきたとき  
B: 半年くらいたったとき



答え: Q1...A、Q2...B、Q3...B、Q4...A

### 《6月の健康診断》

6日(水) 尿二次検査 (対象者・5月の検査で未提出の生徒)

7日(木) " ( " )

⇒8時45分までに保健室に提出

27日(水) 血液検査 (1年希望者)

※5月の尿検査で未提出の生徒は、ラストチャンスです。必ず提出しましょう。  
尿二次検査の対象者は、後日お知らせします。

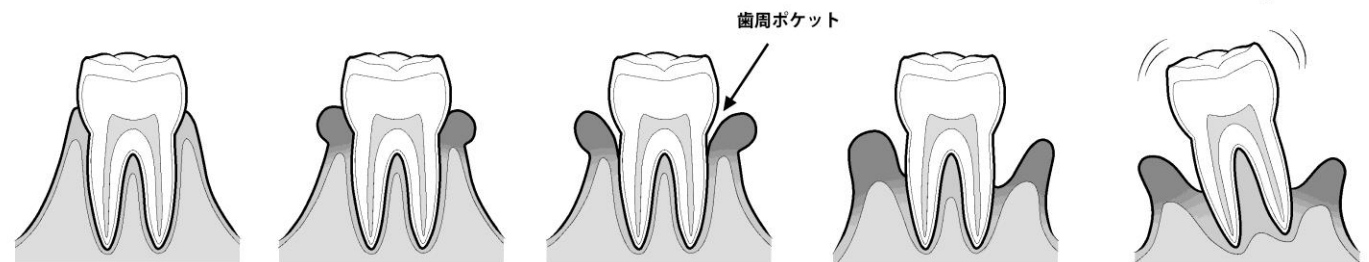
## 歯肉炎・歯周炎の進み方

ていねいな歯みがきをして、歯肉炎・歯周炎を予防しましょう!



GOOD

BAD



健康な歯

歯肉炎

軽い歯周炎

中等度の歯周炎

重い歯周炎

歯と歯肉のすきまがなく、歯肉はきれいなピンク色。

歯肉が赤くはれている。歯肉から血が出ることもある。

歯とはれた歯肉のあいだに歯周ポケットができる。

歯周ポケットがさらにひろがり、うみがたたり口臭がきつくなる。

歯を支える骨(歯槽骨)が溶けて、歯がグラグラしてくる。