



令和5年5月26日
竹富町立船浦中学校保健室

先日、沖縄地方が梅雨入りしたと発表がありました。台風の進路も気になるころですね。災害への備えと共に、体調管理もしっかりしていきましょう。気圧により頭痛や倦怠感を感じる人もいます。睡眠をよくとって、無理をしないようにしましょう。また、熱中症にも十分注意をするようにしてください。

梅雨時も健康に過ごすために

ねっちゅうしょう 熱中症 ちゅうい に注意  からだ あつ な まだ体が暑さに慣れていな ねっちゅうしょう いことから、熱中症のリスク たか が高まります。こまめな水分 ほぎゅう たいせつ 補給が大切です。	しがいせん 紫外線 ちゅうい に注意  あめ くも ひ 雨や曇りの日も紫外線はせ ど 口ではないので、日焼け止 めを塗るなどの対策を行 うようにしましょう。	しょくちゅうどく 食中毒 ちゅうい に注意  げんいんきん はんしよく 原因菌が繁殖しやすい時季 き なので、菌を「つけない」 きん 「増やさない」「やっつける」 ところ を心がけましょう。	かんだんさ 寒暖差 ちゅうい に注意  む あつ ひ 蒸し暑い日もあれば、肌寒 かん ひ く感じられる日もあります。 たいちよう くす 体調を崩さないよう衣服で しょうず ちようせつ 上手に調節してください。
---	--	--	--

今回の歯科検診で、54%の人に「経過観察が必要」「治療が必要」というお知らせを出しました。むし歯のない状態や健康な歯茎や口腔内を保つために、歯みがきは丁寧にしましょう。



5月に入り、発熱で欠席する人が数名でてきています。現在西表島では特定の感染症は流行していませんが、石垣島ではコロナウイルスによる学級閉鎖をしている学校もあるようです。

朝起きて、体調が普段と違うと思ったら検温をし、無理をして登校せず、お家でゆっくり休むようにしてください。

～ 各種検診の結果の配布について ～

保護者のみなさまへ

本日5月26日に、受診や経過観察の必要がある生徒に健康診断の結果を配布しました。視力がAAの場合と、各検診で異常なしの場合は結果の配布はしていません。

今後、腎臓検診と心臓検診の結果がわかり次第、すべての健康診断の結果を一覧にしたものを全生徒に配布予定です。

- ・視力はB以下の生徒に配布をしています。
- ・校医検診は、久場先生が受診や家庭通知が必要と指示をだされた生徒に配布をしています。
- ・歯科検診は「経過観察が必要な場合（受診の必要はないが、ていねいな歯みがきと定期的な検診が望ましい）」と「歯科医による指導や治療が必要な場合」の生徒に配布しています。

お忙しいこととは思いますが、お子様と検診の結果を確認していただけたらと思います。

また校医検診と歯科検診を欠席されたお子様には「欠席者の校医検診依頼」という書類をお渡ししています。

病院を受診をされましたら、書類を病院で書いていただき、お渡しした封筒にいれて担任の先生か保健室まで提出をお願いいたします。