

ほけんだより! 3月

神明中保健室(海谷美千代) R3.3.12

あなたの1年はどうでしたか?

6月に始また学年も もすぐ

終わりですね。楽いたこと、感動したこと、頑張ったことがたくさんある反面、つらかったことや悲しいことともありました。身長や体重など体が成長したのと同じように、そんないろいろなことが、みんなの心も成長させてくれたことだと思います。

学校保健のまとめより

● 歯科

学年	検査人数	頸関節	歯列咬合	歯垢	歯肉	歯石	未処置	乳歯	未処置歯	永久歯	乳歯要注意	受診済み	受診率
1年	100	3	1	6	1	8	3	4	6	10	34.5%		
2年	82	3		2		11		4		3	17.6%		
3年	88	4		1		16		4		5	22.7%		

・ 頸関節・歯列咬合・歯垢・歯肉に関する判定が「」で受診が必要な人数である。

・ 昨年と比べてみると、虫歯に関する自宅学習時間が長くなり急増していることは心配ですが、ほとんど増加は見られません。歯石は昨年度13人に比べて今年度は35人とかなり増えています。

★ 少し振り返ってみましょう★

自分で成長したと思うことは?

来年目指したいことは?

学校保健のまとめより

(単位:人)

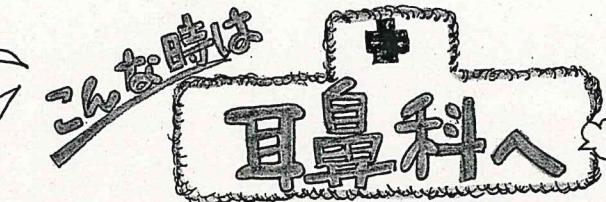
● 眼科検診	男子			女子		
	1年	2年	3年	1年	2年	3年
眼瞼皮膚炎	0	0	0	1	0	0
アレルギー性結膜炎	5	6	2	1	4	3
結膜炎	1	2	2	1	1	0
斜視	1	0	0	1	0	0
受診対象者数	7	8	4	4	5	3
健診後の受診率	42.8%	37.5%	50%	25%	60%	66.7%

・ 受診理由の(ほとんどが)結膜炎(アレルギーを含む)だった。

● 耳鼻科検診	男子			女子		
	1年	2年	3年	1年	2年	3年
耳垢栓塞	8	6	3	0	2	3
中耳炎	1	0	0	0	0	0
耳管狭窄	0	0	0	0	0	0
難聴の疑い(軽度)	1	1	0	0	0	0
鼻炎	1	0	1	0	0	0
アレルギー性鼻炎	16	15	13	3	3	6
嗅覚障害の疑い	0	1	0	0	0	0
受診対象者数	25	20	15	3	4	9
健診後の受診率	28%	45%	13.3%	33.3%	25%	22.2%

・ 耳鼻科はアレルギー性鼻炎と耳垢が主な受診理由だった。

・ 昨年まではアール規業前までに眼科と耳鼻科の受診対象者の受診率は必ず100%だったのが...今年は、



耳が痛い

・ 外耳道炎・急性中耳炎

・ 慢性中耳炎

急性中耳炎では症状がひどくなると鼓膜が破裂して膿が出てきます。他にも鼓膜に穴があいて耳垢を取り出す慢性中耳炎があります。

耳が痛い感じ

・ 急性中耳炎・滲出性中耳炎

・ 低音障害型難聴・耳垢栓塞

急性中耳炎や滲出性中耳炎で中耳に膿や液がたまると耳が痛い感じします。

耳垢がたまっている時も同様です。

耳が鳴る
空腹だから?

授業中にあなたが「うー」と鳴ってしまうことがありますか?

あなたが音、あなたが減ることを知らせるとあなたが鳴っているわけではありません。(耳は空腹になると胃が食べ物の残渣を腸に送るとしてぐぐぐぐ動くときに胃の中の空気を潰して音が鳴ります。つまり胃がしゃり掃除する音なので、健康の証といえますね。)



でも空腹だと耳を食べながらスマホを触っていてリテラシーを見たりしていると、食べていう感覚が弱くなっています、「あなたがいる」というサインを見逃す原因になります。食べていると脳がかかるように食べましょう。

