

# 保健通信

平成28年 7月 20日  
益田翔陽高等学校 保健室



いよいよ1学期が終わり、夏休みがスタートします。みなさんの1学期はどうだったでしょうか？  
夏休み中は生活習慣が乱れやすく、また様々な誘惑も多くトラブルに巻き込まれやすくなります。規則正しい生活に心がけ、自分の目標を見つけ、様々なことにチャレンジし、充実した夏休みを過ごしてください。

～1学期を振り返って～

平成28年度 身体測定結果

	男子		女子	
	身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1年生	168.6	59.9	156.3	50.1
2年生	168.3	60.7	157.2	53.3
3年生	169.3	64.3	157.4	51.2

\*\*\*\*健康診断結果で特に注目すべきところ\*\*\*\*

【歯の状態について】

○虫歯のある人（まだ治療が終わっていない人）

**1年生・・・8人 2年生・・・4人 3年生・・・3人**

○全く虫歯がない人（今まで治療したことがない人）

**1年生・・・85人 2年生・・・86人 3年生・・・67人**

翔陽生は、虫歯がある人がとても少なく、全く虫歯がない人が**238人**もいます。歯の状態がとても良くすばらしいです！！



保護者面談時に担任を通じて今年度の健康診断結果、色覚検査結果（希望者のみ実施）をお渡しします。所見がなかった人も結果をじっくり見直し自分の健康を振り返ってみてください。受診が必要な人にはすでに通知を渡しています。すでに受診した人もいますが、受診がまだの人は、夏休みを利用して治療、検査を受けてください。また、受診結果報告書を保健室まで提出してください。

保健室利用状況（人）【7月8日まで】

	4月	5月	6月	7月
1年生	9	26	16	17
2年生	28	35	43	14
3年生	20	17	14	9

\*何らかの処置、対応を行った人

1学期の来室平均は、一日平均**4.29人**でした。4月初めや、蒸し暑い日、天気が悪い日などの来室が多かったです。また生活習慣に起因する体調不良も多かったです。生活習慣は自己管理できるものなので、少し意識して生活して欲しいです。

1年生 健康教育講演会



7月6日（水）5時間目、1年生を対象に健康教育講演会を実施しました。

講師に松本医院院長 松本祐二 先生をお招きし、「高校生の性にかかわる問題から見てくるもの」というテーマでお話いただきました。

高校生での望まない妊娠や性感染症を防ぐためにも、正しい知識をもち、適切な意思決定、行動選択をしてほしいと思います。また、先生が講演の中で話されていた、スマートフォンを通じてのコミュニケーションに頼るのではなく、直接顔が見えるコミュニケーションを大切にしてほしいです。

松本先生は、困った時はいつでも連絡をするようにと、連絡先も教えてくださいました。

連絡先は次の通りです。

住所：益田市横田町429-23  
TEL：0856-25-2611

今年度新メンバーでスタートした保健室でしたが、1学期、大きなけがもなくみなさんが健康で安全に学校生活が過ごせたことにほっとしています。

2学期からも「利用しやすい保健室」を心がけていきたいと思えます。よろしくお願ひします。

夏休み中、何か困ったこと、相談したいことがあれば、学校へ気軽に相談してください。

2学期、みなさんの元気な姿が見られることを楽しみにしています。

