



佐世保市立吉井中学校
2019. 9. 2
保健室より

夏休みも終了し、前期後半がスタートしました。夏休みの過ごし方はどうだったでしょうか？夜遅くまでゲームやテレビといった生活で、昼夜逆転…という生徒はいなかったでしょうか？この時期の生活習慣は健康作りにかかせない大切なものです。学校生活に慣れるためにも、早寝早起き、しっかり朝ごはんの習慣を立て直してほしいと思います。保護者の方のサポートをよろしくお願いいたします。

歯科受診率をお知らせします。 8月29日現在

	1-1	1-2	2-1	2-2	3-1	3-2
未受診	13	8	6	15	27	11
要受診	18	15	7	15	27	12
受診率	27. 8%	46. 7%	14. 3%	0%	0%	8. 3%

* 特別支援クラスは交流クラスに含みます。

1年生は受診率で健闘！素晴らしい！2年生、要受診は少ないけれど、受診者数1はちょっと悲しいです…。3年生、これから忙しくなるのに受診率低すぎます…。早めに歯科医院を受診しましょう！

4月に実施した歯科検診をもとに、要受診者を出しています。要受診は、顎関節の要精検、歯垢の相当付着、歯肉・要注意乳歯・CO(要観察歯)・虫歯を持つ生徒の数です。ピンクのお知らせの紙の2段目以降に○がついている生徒は全員要受診になりますので、かならずかかりつけ医を受診してほしいと思います。受診者数は、ピンクの紙を提出した数としています。歯科医院に行ったけれど、ピンクの紙を提出していないという生徒は、養護の方までお知らせいただきたいと思います。よろしくお願いいたします。

9月9日は救急の日です

これだけではできるようになろう

応急手当 はじめの一步

洗う
こんなときにするよ

すり傷
水道の水で汚れを洗い落とします

目にゴミが入ったとき
洗面器の水に顔を付けてまばたきをします

冷やす
こんなときにするよ

だぼく
氷のうをあてて冷やします。感覚がなくなってきたら一旦休み

やけど
水道の水で痛くなくなるまで冷やします

押さえる
こんなときにするよ

切り傷
清潔なガーゼなどを傷口にあててぎゅっと押さえます

鼻血
小鼻をつまんで少しづつむせます

9月9日は救急の日。保健室には、かすり傷から捻挫や打撲をした生徒がやってきます。みなさんはケガをしたときに、どのような対応をしていますか？「痛いから湿布をください」という生徒が多いますが、湿布は応急手当では基本的に使いません。まずはしっかり洗うこと、冷やすこと！軽い処置は自分でできるようになりましょう。