



6月の保健行事



4日(木)～10日(水) 「歯と口の健康週間」

第1回歯みがきコンクール

給食後の歯みがきを頑張りましょう！

5日(金) フッ化物洗口⑦

12日(金) フッ化物洗口⑧

18日(木) 歯科健診(欠席者) 13:05～

(学校歯科医) 西山先生

*給食後の健診のため、歯みがきをしっかりしよう！

歯ブラシを忘れずに!!

19日(金) フッ化物洗口⑨

23日(火) 結核検診(精密検査対象) 13:30～15:00

志木市役所駐車場 保護者引率

24日(水) 脊柱側彎症健診(1年生+未受診者) 8:40～

第二相談室(1F) 埼玉県健康づくり事業団



定期健康診断結果

令和8年4月計測

	男 子		女 子	
	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
1年	154.8	46.6	152.4	42.7
2年	161.5	51.1	155.9	48.0
3年	167.6	55.0	157.1	50.2

成長には個人差があります。

この数値はあくまでも平均値です。

身長伸びや体重の変化を確認したい人、自分の成長を詳しく知りたい人は、保健室まで来てください。

1学期の通知表と一緒に「健康の記録」・「成長曲線」を配布予定です。

延期された第54回体育祭も無事終わりました。一生懸命頑張っている生徒の姿が素敵でした。梅雨の時期が近づき、天候が不順になるため、天気や気温の変化に対応しきれず、体調を崩しやすい時期です。雨で肌寒い日がある一方、天気がよくと、真夏のように暑くなる日もあります。上手に衣服の調節をしましょう。また、部活の大会等の行事が続きますので、健康管理をお願いします。

志木第二中学校

保健室

R8.6.1

6月4日～10日「歯と口の健康週間」 歯周病やむし歯を予防しよう！

歯周病は予防できる病気です。

予防の基本は歯垢をためないこと。毎日のセルフケアと歯科医院での定期的なプロケアを組み合わせることが重要です。

セルフケア

毎日みがいても、正しくみがけていなければ汚れは残ってしまいます。

今日から次の3つを意識してみましょう。

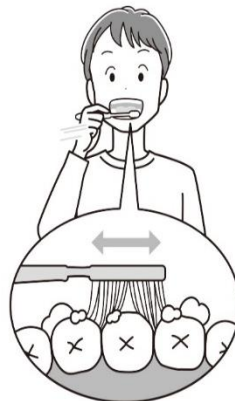
☒ 鉛筆を持つように

軽くにぎる



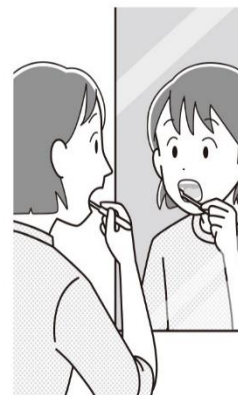
☒ 小刻みに動かして

1本1本みがく



☒ 鏡で汚れを

確認しながらみがく



プロケア

歯のクリーニング

歯みがきは予防の基本ですが、自分では届きにくい箇所もあります。歯垢が歯石になると自分では落とせません。でも、歯科医院ならきれいに取り除けます。



歯みがき指導

口の中の状態は一人ひとり異なります。自分の歯並びなどに合わせ、歯みがきのコツを知ること、いつものセルフケアがさらに効果的なものになります。



3カ月から1年を目安に受診しましょう

【眼科検診】 結膜炎→2人 眼瞼炎→1人

【耳鼻科検診】 耳垢栓塞(耳垢がつまっている状態)→52人(13.2%) 鼻炎→8人(2.0%)

【視力検査】 検診生徒 405人中

裸眼視力 A:106人・B:40人・C:51人・D:48人
矯正視力(A):17人・(B):39人・(C):76人・(D):25人
A(1.0以上)・B(0.7～0.9)・C(0.3～0.6)・D(0.2以下)

*治療や受診が必要な人に「治療のお願い」を配布します。保護者と一緒に確認してください。健康で充実した学校生活を送るためにも、早めに医療機関を受診してください。

【歯科検診】 検診生徒 404人中

むし歯のある人(未処置者)・・・6人(1.5%)

むし歯の治療が終わっている人(処置完了者)・・・53人(13.1%)

全くむし歯のない人(治療した歯もない人)・・・345人(85.4%)

CO(要観察歯)がある人・・・87人(21.5%)

*CO(要観察歯)：むし歯になる一歩手前(初期むし歯)の状態を指します。歯に穴はあいていませんが、表面が白く濁ったり、溝が茶色く着色しています。放置するとむし歯に進行しますが、適切なケアで元の状態に戻せる可能性があります。ていねいな歯みがきが重要です。

*GO(歯肉の軽度炎症)・・・167人(41.3%)

*G(歯石がついていたり歯肉炎で出血しやすい状態)・・・35人(8.7%)