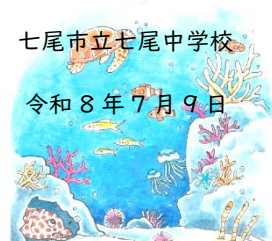


# ほけんがより

7月

七尾市立七尾中学校

令和8年7月9日



## 今年度の健康診断がすべて終了しました

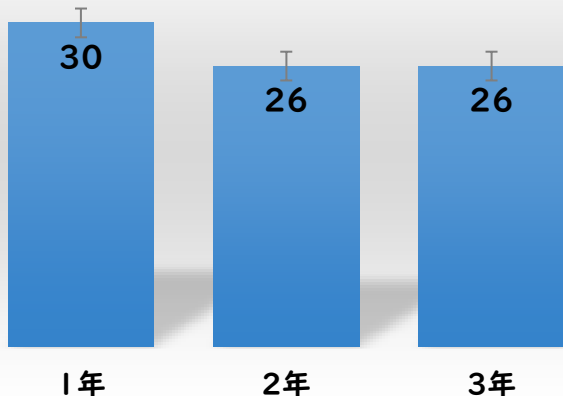
すべての健診の結果、受診が必要な生徒には随時お便りを出しています。病院を受診したら、「受診報告書」の提出をお願いします。

\*7/10(金)までに提出された「受診報告書」は、1学期末に配付する「定期健康診断の記録」に記載予定です。

- 欠席等で検診できなかった場合、学校医の医療機関で検診を受けることができます。配付した書類を持って受診してください。(事前に連絡必要)
- 検診は学校での健康診断扱いになるので無料になります。その後の精密検査や治療も保険対象であれば、子ども医療助成の対象です。

## 歯科検診結果&染め出しアンケート結果(6月全校集会 生徒保健委員会発表)

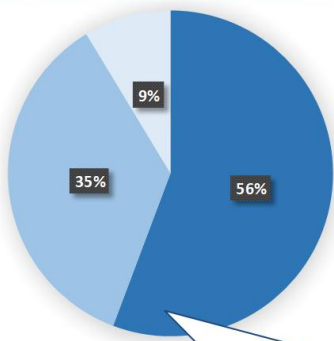
### むし歯の疑いがある生徒の人数82人



歯科検診の結果むし歯の疑いがある人は、全校で**82人**でした。今年は何の学年も同じような人数でした。

82人中すでに治療が完了している生徒は15名です。その他21名が受診しています。未受診の方には夏休み前にも再度お便りを配付する予定です。治療中等ありましたら、保健室までご連絡ください。

### 歯みがきアンケート結果



91.6%  
自分の歯みがきを見直すことができた

- ・歯と歯の間など、うまくみがけていないところがあった
- ・自分のみがき方はあまり汚れがとれていない
- ・奥歯にみがきのこしが多かった
- ・歯と歯ぐきの間がみがけていなかった

家で染め出しをした人数トップ3  
1位11H 2位34H 3位14H



歯と口の健康週間中に家庭で染め出しをした生徒は55.7%(238人)でした。そのうち、91.6%の人が、自分の歯みがきを見直すことができました。

また染め出しを積極的に行った人は、口の中も清潔な人の割合が多いことがわかりました。

## 学校関係のケガ等はスポーツ振興センターの対象です

年度初めに加入しているご家庭は、学校関係のケガ等で病院受診をされる場合、スポーツ振興センターの対象となります。病院で「(七尾市) 子ども医療費助成」とどちらを使用するか聞かれることがあると思いますが、スポーツ振興センターをご利用ください。その場合、窓口で一度お支払いして頂き、後日口座に振り込まれることとなります。(まれにスポーツ振興センター対象外となる場合があります。)



## 熱中症に気をつけよう

# 熱中症と戦う みんなの体 ヨコがすごい!

ヨコがすごい!

発汗・蒸発で熱を発散して冷やす

一言MEMO

湿度が高すぎると汗が蒸発しにくく、熱を発散しにくくなります。湿度が高い日は注意!



ヨコがすごい!

吸った空気で  
肺から体を冷やす

一言MEMO

気温が高すぎると空気を吸っても体が冷えません。休憩はクーラーの効いた涼しい部屋で。

ヨコがすごい!

血液を皮膚の近くに  
集めて冷やす

一言MEMO

水分が足りないと血液が巡りにくくなることがあります。こまめな水分補給を。

## 保健室からのアドバイス

みなさんの体には熱中症にならないようにする機能が備わっています。すごい機能がきちんと働くには、体が健康であることが大切。基礎になるのは正しい生活習慣です。



始めよう!

