



Your Better Life Through Health

vol.9

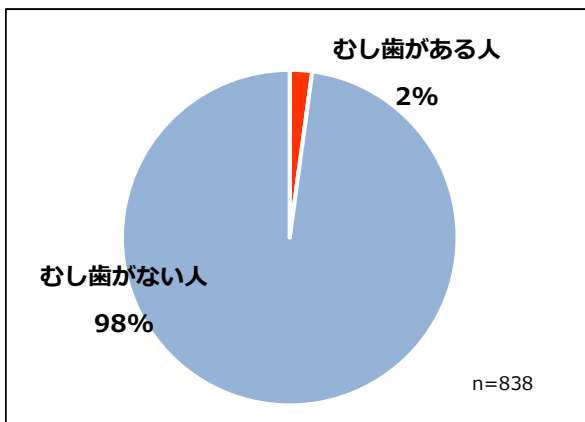
平成30年7月11日 岩手県立盛岡第一高等学校 保健室

今年の一高生は...

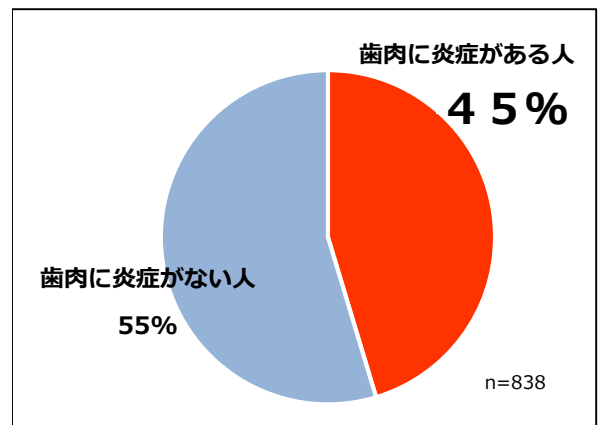
むし歯 18人



歯肉炎 380人



* むし歯がない人 = むし歯未経験者 + むし歯の治療が終わっている人



* 歯肉に炎症がある人 = G (炎症程度 2) + G0 (炎症程度 1)

歯の状態は、みなさんが小さい頃から両親や家族の方がきちんと仕上げみがきをしてくれたり、定期的に歯科医院へ連れて行ってくれたおかげ = 「**他律的な管理**」の賜物です。

歯肉の状態は、日頃の歯みがきの質(かける時間や念入り具合)、食事や間食の摂り方、睡眠時間、ストレスなどの個人の生活習慣 = 「**自律的な管理**」が大きく影響しています。

1日に一度は10分歯みがき

歯肉炎・歯周病予防の
基本のキ

information

黄色の「**歯・口の健康診断結果のお知らせ**」の配付対象者は、春の歯科検診の結果、歯科医院での精密検査や処置を必要としている生徒です。

上にも書きましたとおり、一高生の健康課題は「歯肉炎の改善」つまり、「自己管理スキルの向上」と言えます。保護者のみなさまにも一高生の健康課題解決へのご協力をいただきたいと存じます。

特に3年生は、今後、学習時間の確保が最優先されますので、今は自覚症状がなくても、夏休み中に一度はかかりつけの歯科医院でクリーニング等を受けることをおすすめいたします。

平成30年7月11日

保護者各位
()年 ()組 生徒氏名 ()

岩手県立盛岡第一高等学校
校長 川上 圭一

歯・口の健康診断結果のお知らせ

定期健康診断の結果を以下のとおりお知らせいたします。この用紙を持って専門医による検査・治療を受けるようお願いたします。
なお、この用紙は主治医に受診報告書を入れていただき、学校へ提出してください。

提出期限：平成30年8月31日(金)

- C (治していないむし歯) があります。
- 歯肉に炎症がみられます (G ・ GO) 。
- 歯垢の付着があります。
- Z5 (歯石沈着) があります。
- 歯列・咬合に異常があります (程度2：要受診) 。

主治医 様
本校における歯・口の健康診断では、以上のよう結果でした。

熱中症の 対処

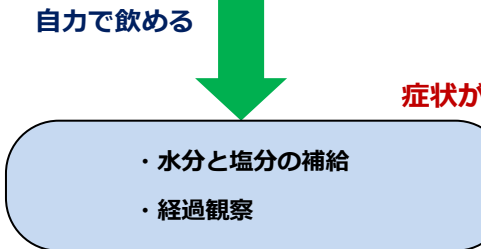
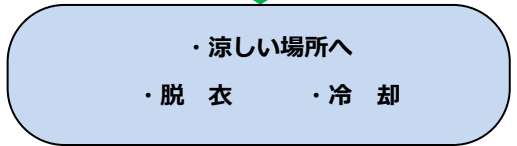
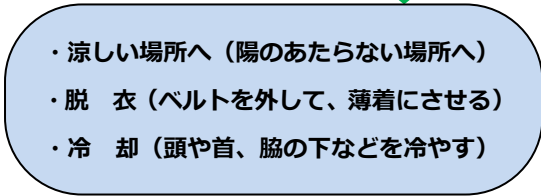
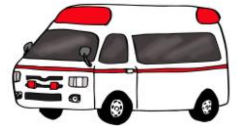
Here is like an oven.
Nobody feels inclined to
work hard on a hot day.



Anyway,
I have to protect myself
against heat stroke.

熱中症の予防方法は「vol.8」に掲載しました。
今回は、**熱中症が疑われる人に遭遇した
場合の対処方法**を説明します。

Everyone should know
how to give first aid.



自力で飲めない
症状が改善しない



【参考】
「熱中症環境保健マニュアル」～環境省～

「発熱をしている人」「下痢を
している人」「肥満の人」は、
熱中症になりやすいのかあ…



Obesity can cause serious
health problems. We need
to maintain a healthy
weight.