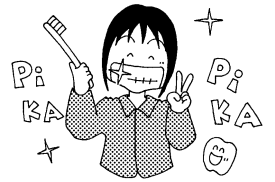


すこやか

歯科検診号 (全校一斉)



明日9月9日(水)は歯科検診です。今年度は体育館で全校一斉に行います。
1年に一度きりの検診です。感染対策をしっかり行いマナーを守って受けましょう。

歯科

検診をしてくださるのは、「鈴木歯科医院の鈴木大輔先生と札幌医科大学病院の笹谷 聖先生・中森優菜先生」です。明日も忘れずに歯みがきをしてきましょう。

～歯科検診の流れ～

今日) 帰り学活で「事前問診表」を記入しながら自分の歯・口腔の状況を予想します。

記入した問診表は担任の先生に提出します。→後日、歯科検診結果と一緒に配付します。

明日) ①順番がきたら教室から体育館へ移動します。8:50から開始です。

3の2→2の4→2の3→1の1→1の4→2の1→

3の3→3の1→7組→2の2→1の3→3の4→1の2



- ・連絡が来たら手洗いを済ませて廊下に整列し(出席番号順で男女各1列・先頭代表)移動します。
- ・検診の時間はその日の流れで変わってきます。すぐに移動できるようにしておいてください。
- ・トイレ休憩をとりませんので、教科担任の先生の指示に従ってください。

②2階廊下で全員検温を行います。体調不良者は検診を受けません。

- ・歯の健康診断票を教科担任の先生から個人毎に受け取ります。(進学先に送る大事な用紙です)
- ・検診を待っている間、検診中は私語禁止です。
- ・検診ブースは3カ所あります。名簿順に空いたブースで受けます。教科担任の先生が指示します。
- ・歯の健康診断票を歯科衛生士さんが記録しやすいように置き、両手があいたらマスクを外します。
- ・検診が終わったらすぐにマスクを付けます。
- ・歯の検査票は歯科衛生士さんに記録していただいたまま、体育館に置いていきます。
- ・教室に戻る前に、2階水飲み場で手洗いを済ませてから教室に戻ります。

歯と口の中の健康をチェック!

歯科検診では、むし歯の有無のほか、歯ぐきの様子やかみ合わせ、歯みがきがきちんできているか、などについても調べます。歯と口の健康は、ふだんから気をつけておくことが大切です。

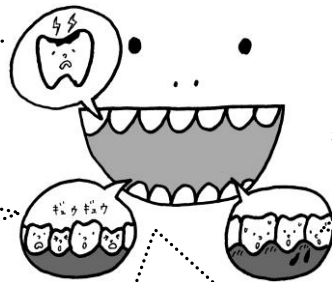
歯科検診の前に自分でも予想&チェックしてみましょう。

むし歯はないかな?

歯並び・かみ合わせの状態はどうか?

歯みがきはうまくできているかな?

歯ぐきが腫れたり、ぶよぶよしたり、出血したりしていないかな?



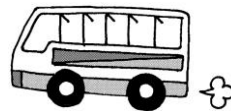
～保護者の皆様へ～

もうすぐ校外学習・宿泊学習・修学旅行です

○9月17～18日：2年生宿泊学習

○9月18日：1年生校外学習

○9月22～24日：3年生修学旅行



★今から生活リズムをしっかりと

いつもの学校生活と違う活動になります。貴重な体験ができるこの機会を万全の体調で参加できるよう、今から体調管理をしっかりと行えるようにご家庭でもご配慮ください。

早寝早起き朝食を食べる生活リズムが大事です。保健室に体調不良で来室する生徒の多くは睡眠不足や朝食抜きの場合が多く、具合が悪くなって生活リズムの大事さがわかる生徒もいますが、スマホやゲームなどの誘惑に負けて時間がルーズになり体調不良を繰り返してしまう生徒もいます。この機会に時間管理の大事さを伝えていきたいですね。



★部活動・体育でのけがが増えています

新型コロナウイルス感染症で、日常生活での自粛の影響もあり学校管理下でのけがが増えて、病院を受診する生徒が増えています。これは本校だけではなく全国的にも同様の状況とのことです。

私たちが思っている以上に休校や運動をしなかった時期が長かったことで、体力や反射神経が低下しています。何事も急激に始めることはけがの元です。

学校管理下（登下校・部活動含む）でけがをした場合はスポーツ振興センターが適用になり、申請すれば医療費が戻ってくる場合があります。担任または保健室まで生徒を通してお知らせください。

けがをした状態での活動への参加は、何かと制約がかかります。学校外での自転車や遊び、交通事故にも注意が必要です。時間に余裕をもって行動することが予防につながるようです。

★充実した学習になるために…準備とサポートを！！

- 屋外での活動が多いので、アレルギー性鼻炎・結膜炎の症状がひどい場合は、予防を心がけてください。
- 乗り物酔いしやすいお子さんにつきましては、薬、ビニール袋などを用意してください。空腹、食べ過ぎ、睡眠不足、疲労、便秘などが原因になりますので、今から体調を調べておくようにしてください。
- 給食以外での食事を食べるようになります。食物アレルギーがあるお子さんは学校でも配慮いたしますが、ご家庭でも十分ご確認をしておいてください。
- お子さんの傷病の症状によっては、やむを得ず病院へ行くことがあります。場合により、現地まで迎えに来ていただくこともあります。ご了解ください。
※受診の際には、必ず保護者の方に連絡をとりますので、当日はすぐ連絡が取れるようご配慮いただくようお願いいたします。
- 健康管理は今まで使用している「登校前の健康チェック」（黄色い紙）を使用します。
2・3年生は宿泊に体温計を各自持参し、朝夕自分で検温し記録しますので必ず持たせるようお願いいたします。
- 出発当日の数日前から、生徒自身・同居の家族の方も体調が悪い場合は学級担任へ必ず連絡してください。なお、平熱よりも体温が高い場合の参加については、学級担任と十分相談してください。ご理解ご協力をよろしくお願いたします。
- 健康管理の具体的な内容は2・3年生保護者の皆様には8月31日付け「宿泊学習・修学旅行の健康管理」を保健室より発行しています。学年からも随時情報を発行しております。必ず目を通しておいてください。

