

保健室だより



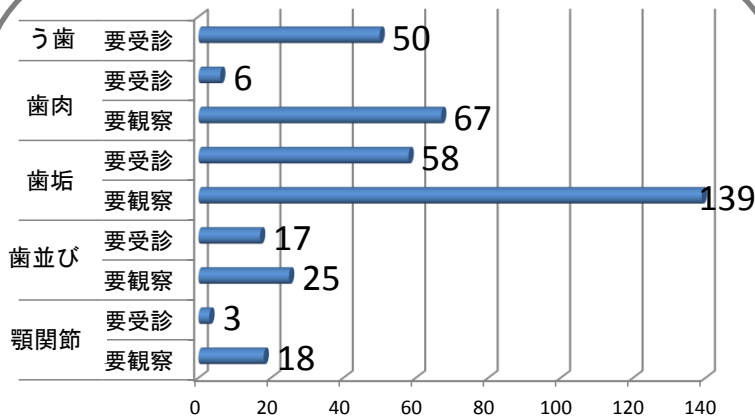
平成28年7月20日

防府高等学校 NO.3

健康診断の結果をお知らせしています

今年度から新しく四肢の状態の検査も必須項目となりましたが、保健調査など保護者のみなさまにも御協力いただき、定期健康診断は大きなトラブルもなく終了しました。ありがとうございました。健康診断結果から、医療機関での治療・検査が必要とされたお子様には「お知らせ」をお渡ししています。早期発見・早期治療はもちろん、夏休みの生活を充実させるためにも、できるだけ早い時期に受診していただければと思います。なお、学校の健康診断は問題の疑いのある人をふるい分ける「スクリーニング」のため、いずれも最終的な診断結果ではありません。受診の結果、異常がない場合もありますが、御理解のほどよろしくお願いいたします。

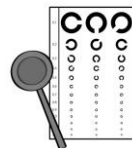
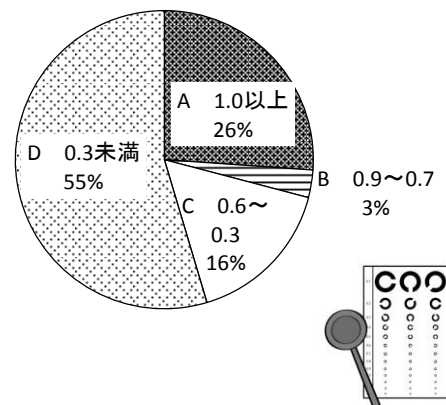
口腔内の健康状態



う歯のある人は昨年度より減少していますが、歯垢・歯肉の状態に要観察および要受診となる生徒が多く、本校の大きな健康課題です。歯科の定期受診で歯垢の除去や正しいブラッシング指導を受けることが歯肉炎の予防につながります♪



裸眼視力の状況



裸眼視力が低下している生徒がとても多いですね。普段の授業で黒板の文字や教科書の文字がはっきり見えず、学習に支障をきたさないよう、早めの受診をお勧めします。裸眼視力が悪くても、矯正（眼鏡・コンタクトレンズ）で1.0以上の判定であれば問題ありません。

ケータイ・スマホ その使い方で大丈夫??

周囲を見ると、スマホの画面を見ている人ばかり……。そんな中、スマホの長時間使用による体のトラブル「スマホ症候群」が問題になっています。顔を下に向け続けることで「ストレートネック」という首の異常が起こり、肩こり・首の痛み・頭痛・めまい・腕のしびれなどの症状に悩まされる人が増えています。使うときの姿勢や使いすぎに気をつけることが大切です。

また、高校生で注意してほしいのが「歩きスマホ」を狙った犯罪です。自分の周りに注意が向けられていないので、痴漢やひったくりなど、犯罪のターゲットになりやすいのです。

夏休みがいよいよ始まります。御家庭でも、もう一度ケータイやスマホの使い方について、しっかり話し合いをされることをお勧めします！

