

# ほけんだより

京都橘中学校・高等学校  
No.4 保健室  
2023.6.9

## 歯科健診の前に確認をお願いします！！

- ◆実施場所：理科教室（4階）
- ◆実施時間：各自で自分のクラスがいつかを確認しておいてください

6月と言えば・・・梅雨。近畿地方は5月29日に梅雨入りが発表されました。5月の梅雨入りは10年ぶりだそうです。まだ、梅雨らしい雨は続いていませんが、天気予報では傘や△のマークが並んでいます。この時期は、気温も湿度も高く、ジメジメして蒸し暑さを感じる事が多いです。また、エアコンなどで体が冷えることも・・・

下着や上着などで、適宜、調整しましょう！！  
さて、最近の保健室は、「熱っぽい気がするんですけど・・・」や「昨日からのどが痛くて・・・」「鼻水が止まらなくて授業を受けるのがツライ・・・」等々で来室する生徒が、5月半ばからとても多いです。中には、保健室で休養中、咳が止まらない生徒も少なくありません。コロナやインフルエンザ（コロナとの関連からかこの時期になっても全国的にみられます）も、まだ、落ち着きをみせていないように感じます。  
コロナは5類に引き下げられましたが、朝の健康観察は大事ですので、よろしくお願いします。

2023（令和5）年6月12日			
実施クラス（敬称略）	中：中学 記号なし；高校		
2限目	3-2 C英語Ⅲ (藤猪)	3-3 国語演習 (池上)	1-11 言文 (千星)
3限目	2-5 日探 (川崎)	中2-1 英語N (サンドラ)	中2-2 理科A (海川)
4限目	3-4 英表Ⅱ (橋本)	3-5 社会情報 (成瀬)	1-4 化学基礎 (佐々木)
5限目	3-12 英表Ⅱ (上村)	1-1 地理総合 (徳田)	1-6 科生 (平野)
6限目	1-3 歴史総合 (勝野)	1-7 地理総合 (杉山)	1-9 科生 (横野)
7限目	中1-1 国語B (美馬)	中1-2 英語 (清水)	中1-3 理科A (谷)

2023（令和5）年6月16日			
実施クラス（敬称略）	★は講座ごと 中：中学 記号なし；高校		
1限目	★3-9 数学Ⅲ①、数演① (石原、山本)	3-7 英表Ⅱ (北川)	1-8 地理総合 (川野)
2限目	3-10 古典B (松倉)	2-7 日探 (柴田)	2-9 英CⅡ (野村)
3限目	3-11 現代文B (美馬)	2-2 情報Ⅰ (長谷川)	2-3 英CⅡ (河野)
4限目	3-8 化学 (松本)	中3-1 国語B (横山)	中3-2 理科B (森)
5限目	3-1 現代文B (福井)	2-6 英CⅡ (伊地知)	1-2 歴史総合 (若月)
6限目	3-6 数学B (樋口)	1-5 英CⅠ (結城)	1-10 数学Ⅰ (和田)
7限目	2-1 論理国語 (杉島)	2-4 論表Ⅱ (重村)	2-8 保健 (小林)

12日と16日に歯科健診があります。  
「歯は万病のもと」と昔からよく言われています。歯の状態が健康に大きな影響を与えるためです。さて、あなたの歯はどんな状態でしょう？！

氏名													
健診年	月	日	主訴	顎関節の状態	歯列・咬合の状態	歯垢の状態	歯肉の状態						
			該当するものの番号に○を下さい。										
年	月	日	7 特になし	6 口臭が気になる	5 歯に水がしみる	4 時々痛みがみられる	3 歯をみがくと血がでる	2 顎の関節で音がする	1 口を開ける時に顎の関節が痛い	0	0	0	0

みがいてる  
みがけてる

あなたはどっち？



理科教室へ来るタイミング

- ◎1番初めのクラスは授業が始まるまでに
- ◎2番目以降のクラスは連絡が入ってから

中学生・高校生になると、歯磨きなんてできて当然！と思っているアタタ！！  
毎日、磨いてるし大丈夫！と思っているアタタ！！  
よ〜く歯を見てみてね。（持ち帰ったミラーも活用しよう）

▲みがき残しやすい場所とみがき方

奥歯のみぞ  
歯と歯ぐきの境目  
歯と歯の間  
歯並びがデコボコしているところ

毛先を水平にあてる  
毛先を斜めにあてる  
すき間に毛先が届くように。デンタルフロスも使おう  
縦にして、1本1本みがく

### 歯科健康診断票について

- ★検診を受けるまでに、必ず上の○の部分を入力しておいてください。
- ★検診の時間が移動教室の場合は、移動教室へ健康診断票を持っていくのを忘れないように！
- ★検診終了後、健康診断票は検診場所に提出し、ミラーのみを持ち帰ってください。



***There is always light  
behind the clouds.  
— Louisa May Alcott***

There is always light behind the clouds.  
～ 雲の向こうは、いつも青空

Louisa May Alcott (ルイーザ・メイ・オルコット) はアメリカの小説家。自身の少女時代をもとにした『若草物語』は有名です。

