



6月中頃より、蒸し暑い日や梅雨らしい日がみられます。これから夏にむけて、ますます暑い日が増えてきます。気温や湿度の高い日には特に気をつけて、水分・塩分をしっかりと補給し、暑さと上手につきあって、夏も健康にすごせるようにしましょう。

熱中症はなぜおきるの？

軽症

《原因1》 脳への血流不足による血圧低下

【症状】 暑い所にいたり運動したりして熱が上がると、からだは熱を下げようとして皮膚に近い血管を広げることで血圧が低下します。すると、脳に十分な血液が送られず、酸欠状態になり、顔色が悪くなったり、めまいがしたりします。

熱失神



《原因2》 体内の塩分不足

【症状】 汗には塩分などの電解質もふくまれます。そのため、たくさんの汗をかくと体内の塩分が出ていきます。そのときに、水分だけを補給していると血液の塩分濃度が薄まります。塩分は筋肉の収縮を調節する働きがあるため、血液中の塩分が不足すると、手足がったり、けいれんが起きたりします。

熱けいれん



《原因3》 血液循環の悪さや、循環血液量の減少による血圧の低下

【症状】 たくさん汗をかいて体内の水分が減り、血液循環量が減って、血圧が低下することにより、めまいや疲労感、頭痛や多量の汗をかくなどの症状があらわれます。

熱疲労



重症

《原因4》 体温調節ができない

【症状】 適切な処置をしないしていると、体温を調節する働きが追いつかなくなって、体温が上がってしまい、脳に影響がおよんで、倒れたり、意識障害が起こったりすることがあります。からだにとって非常に危険な状態です。

熱射病



「健康の記録」について



4月からおこなった定期健康診断の結果を、「健康の記録」に記入して配付しました。健康状態について振り返り、異常が見つかった人は早めに受診しましょう。とくに眼科や耳鼻科の疾患、皮膚科の疾患が見つかった人は、プールに入ると悪化することがあるので、医師と相談のうえ、学校に受診結果票を出して結果を報告しましょう。おうちの人に確認をしてもらったら、**1学期の欄に印鑑を押してもらい、7月6日(木)までに学校へ持ってきて**きましょう。

☆健康の記録の表記について

- 異常なし・・・斜線「/」
- 検診・検査なし・・・「※」
- 結核検診の区分・・・異常なしは「D3」または「/」
- 今年度6月28日までに受診報告、経過報告があった検診・検査・・・「済」

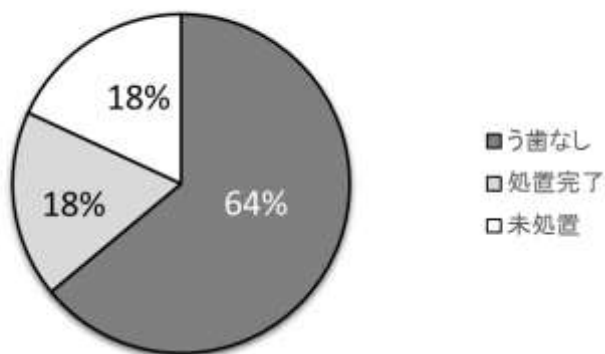
精密検査が必要で、学校へ報告がまだの場合「精検依頼中」となっています。



今年度の健康診断結果

6月29日(木)におこなわれた第1回学校保健委員会で、今年度の定期健康診断の結果について報告しました。

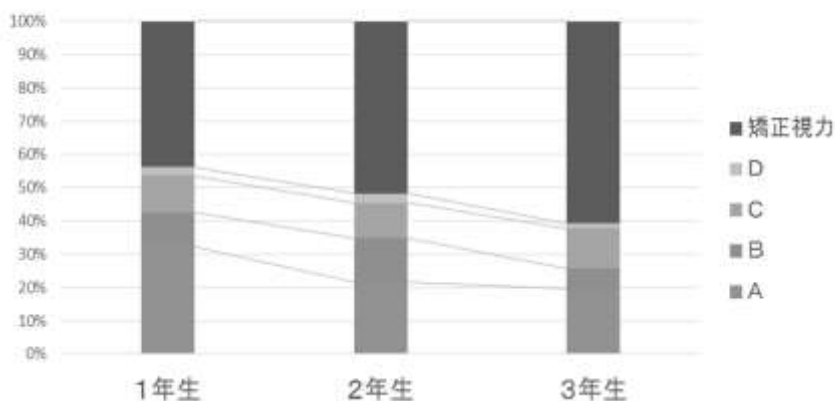
平成29年度 歯科検診結果



<歯科検診について>

- ・むし歯の者(未処置、処置完了)の割合は、全国的に年々減少傾向であり、昨年度の全国学校保健統計では37.49%と過去最低となっている。
 - ・本校でもむし歯の者の割合は36%と全国平均並みに少ない傾向にある。
- 今後も自己管理ができるよう、歯の衛生を保つための習慣づけが必要である。

平成29年度 視力検査結果



<視力検査について>

- ・全国学校保健統計では、昨年度の「裸眼視力1.0未満の者」の割合は、中学校54.63%であり、前年度より増加しており、過去最高となっている。
 - ・本校では「裸眼視力1.0未満の者」の割合は約75%であり、視力低下が著しいことがわかる。
- 学習に支障がないよう眼科受診および眼鏡等の使用や配慮が必要である。