



平成 29 年 11 月 15 日  
島本町立第一中学校  
保 健 室

すっかり秋も深まり、校内の木々も赤や黄色に色づいています。  
マスク姿が一気に増加し、体調を崩している人も増えてきましたね。  
一中では、まだ感染性胃腸炎やインフルエンザの報告はありませんが、  
そろそろ手洗い・うがいなどの感染症予防をより心がけたい季節に突入です。



## 治療はすんでいますか？

春の歯科検診で受診が必要と診断を受けた人は、**43名**と全校生徒の**約13%程度**でした。学校全体からみると、少ない数ではあるのですが、現在のところ、そのうちのまだ**約4割程度**の人しか受診ができていないようです。

むし歯はそのままにしておいて治ることはありません。ですから、あまり治療時間がかからない軽いうちに治療してしまうほうがいいですね。特に受験を控えた3年生、受験前に急に痛み出して急いで歯医者へ…ということがないように、今のうちになんとか時間を作って治療しておくことをおすすめしたいと思います。



受診結果報告書の提出がまだの人には、今回の三者懇談時に再度、検診結果のお知らせをお渡しします。用紙を紛失して提出できていない、まだ受診されていない場合は、この機会に受診し、治療が済み次第、担任まで提出してください。

## どうして姿勢をよくするの？

～まずは自分の状態に気づいて直すことから始めましょう～

内臓が圧迫されず、肺に酸素がたくさん取り込める

➡ **内臓や脳がよく働く**

教科書やノートとほどよく距離が保てる

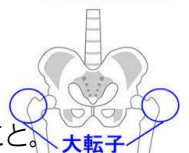
➡ **視力低下を防ぐ**

体がゆがんだり猫背になったりしにくくなる

➡ **見た目がきれいになれる**



大転子（だいてんし）とは、股関節の大腿骨（だいたいこつ：太ももの骨）の外側の出っ張りのこと。

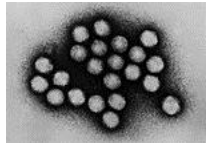


りゅうこうせいかくけつまくえん

# 流行性角結膜炎

に注意！

一中では今のところ報告はありませんが、10月中に町内の複数の小学校において、例年以上にみられたようです。非常に感染力が強く、ウイルス（主にアデノウイルス）によっておこります。学校保健安全法において「症状により医師において感染のおそれがないと認められるまで出席停止」となる感染症とされています。



アデノウイルス

症状：結膜の充血・目やに（ひどいと目が開けられないくらい）・涙・目の痛み・リンパ節が腫れるなど。症状がおさまるまで約2～3週間かかる。

※最初は片目だけでも、数日中にもう片方の目に症状が出てくることが多い。

潜伏期間：約1～2週間

## もしかかった場合の注意点

- 手をよく洗い、手で目をこすったり、顔に触れたりしない。
- 休養をとって体力低下を防ぐ。
- タオル類の共有はやめる。



手を介した接触感染が主な感染経路です。  
ここでもやはり「手洗い」が大切です。

◆気になる症状がある場合は、早めに眼科で診てもらってください。

### ◆◆◆保健室より◆◆◆

◎現在、放課後の時間を使い、「色覚検査」を実施しています。事前に配布・回収している希望調査票で検査を希望している1年生が主な対象ですが、2・3年生で昨年検査を受けておらず、今回検査を希望する人も検査を受けることができますので、希望する場合は担任、または保健室まで連絡してください。検査実施後、全員に封書にて検査結果のお知らせを発行する予定です。

◎これからの季節、急な発熱等で連絡をさせていただく機会も増えてくると予想されます。4月より緊急連絡先（特に携帯電話番号）に変更があった場合は、新しい連絡先をお知らせください。ご協力よろしくお願ひいたします。